

Bananenbrot 18.09.2023



Vorteig: 100 g Wasser, darin 8 g Zucker und 1 Päckchen Hefe auflösen. 50 g Weizenmehl einrühren und die Mischung 60 Minuten gehen lassen.

Zutaten:

Vorteig (also 50 g Weizenmehl, 100 g Wasser)

2 sehr reife klein- bis mittelgroße Bananen, zerdrückt. Fruchtmasse knapp 200 g

20 g Wasser

50 g kernige Haferflocken

40 g Rapsöl

100 g Aprikots oder Trockenpflaumen, grob zerkleinert

40 g Rohrzucker, etwas Zimt (2 g)

1 Ei große M (netto 55 g) diese Zutaten schon mal verrühren, dann noch hinzufügen:

100 gr Dinkelvollkornmehl

305 gr Weizenmehl + etwas Mehl für die Teigbearbeitung (10 g)

30 g kernige Haferflocken für die Dekorierung

Stockgare: 1 3/4 Stunde, der Teig bleibt klebrig.

Stückgare: Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und Brötchen formen. Die Oberseite kurz ins Wasser tauchen und in die Haferflocken wälzen. Zugedeckt noch etwa **50 Minuten** gehen lassen.

Backen: Auf 235° vorheizen und eine Schüssel mit Wasser im Backofen stellen. Ofenblech in die Mitte schieben, Oben- und Unterhitze einstellen. Nach 10 Minuten auf 200° zurückdrehen und den Schüssel Wasser entnehmen.

Backzeit 27 Minuten.

Teigmasse 1117 Gram (alles mitinbegriffen)