

Grahambrot

Das Brot hat seinen Namen von Sylvester Graham, welcher aus feinem Vollkornschrot eine Alternative zum üblichen Weissbrot entwickelte. Im Mittelalter war Vollkornbrot verpönt, darum mischte Graham das Weismehl mit Weizenschrot.

Das Grahammehl speziell von der Mühle Burgholz zeichnet sich aus durch die Herstellung und Mischung von **fein gemahlenem** Mehl, Weizenschrot und Weizenkeimen. Der Gehalt des Weizenkorns bleibt zu 100% im Mehl enthalten und erfüllt die Anforderungen an ein Graham oder ein **Vollkornbrot**.



Rezept Grahambrot

Grahammehl spezial Typ 1900 Art-Nr. 5061

Deklaration Mehl	Weizenmehl, Speisekleie, Weizenkeime
Allergene Mehl	Gluten
Rezept	1'300 g Grahammehl spezial Typ 1900 1'000 g Wasser (24°C) 30 g Salz 50 g Hefe
Teiggewicht	2'380 g
Herstellung	Alle Zutaten im: 1. Gang 7-9 Minuten mischen 2. Gang 4-6 Minuten kneten Teigtemperatur 21-24°C. <small>Knetzeit für Spiralkneter</small>
Stockgare	ca. 60 Minuten
Aufwirken	länglich aufwirken und in Form backen
Stückgare	ca. 30 Minuten
Backen	Ofentemperatur ca. 230°C.
Backzeit	50-60 Minuten rösch ausbacken

Nährwerte pro 100 g	kcal	kJ	Proteine	Kohlenhydrate	Fett	Ballaststoffe
Mehl	308	1287	11.5 g	61.0 g	2.0 g	10.5 g
Brot	201	838	8.0 g	40.0 g	1.0 g	7.0 g