



Mit dem **besten** Sauerteig.

Jedes unserer Brote wird mit unserem eigenen glutenfreien Sauerteig gebacken – natürlich fermentiert, mit Liebe gebacken und sofort genussbereit.



Inhalt

INTRO

1 Artikel | Sauerteig

KAPITEL 1

Meisterbäckers Classic

5 Rezept | Grilled Sandwich Omelett & Tomatensalsa

7 Rezept | French Toast-Häppchen

9 Rezept | French Toast

11 Rezept | Brokkolisalat mit würzigen Croutons

KAPITEL 2

Meisterbäckers Mehrkorn

15 Rezept | Spanischer Brotsalat

17 Rezept | Süßes Deluxe Sandwiches

KAPITEL 3

Landbrot Classic

21 Rezept | Bruschetta-Sandwich

23 Rezept | Serviettenknödel mit Pilz-Rahm-Sauce

KAPITEL 4

Landbrot Mehrkorn

27 Rezept | Glutenfreie Ofenschlupfer

29 Rezept | Glutenfreies Avocado-Sandwich mit Spiegelei

KAPITEL 5

Vitaminbrot

33 Rezept | Rotkohl Suppe mit Vitaminbrot Croûtons

35 Rezept | Flammkuchenbrote

37 Rezept | Mini-Brottörtchen

39 Rezept | Braaibroodjies



Sauerteig ist die älteste Form von gesäuertem Brot und wurde vermutlich schon vor über 6.000 Jahren entdeckt. Er sorgt für besonders aromatische Brote und Pizzen mit weicher Krume und knuspriger Kruste, die auf ganz natürliche Weise länger frisch bleiben.

Bei Schär haben wir viele Jahre daran gearbeitet, eine glutenfreie Sauerteigmischung zu entwickeln, die wir unseren Broten und Teigen hinzufügen. So entsteht ein Geschmack und eine Textur wie bei einem frisch gebackenen Brot aus der Bäckerei.

Die Magie des Sauerteigs

Sauerteig entsteht durch einen natürlichen Fermentationsprozess: Mehl wird mit Wasser vermischt und bei Raumtemperatur ruhen gelassen. Mit der Zeit bildet sich ein lebendiges Ökosystem aus natürlich vorkommenden Hefen und Bakterien. Sie sorgen für den typischen Trieb, die angenehm elastische Textur und das unverwechselbare Aroma.

Im Gegensatz zu Broten mit industrieller Hefe lässt sich Sauerteig Zeit. Und genau das ist sein Geheimnis: Die langsame Fermentation bringt mehr Geschmack, eine bessere Textur und ein Brot hervor, das sich genauso gut anfühlt, wie es schmeckt.

Wozu ist Sauerteigbrot gut?

Sauerteigbrot macht es dem Körper besonders leicht, die im Mehl enthaltenen Nährstoffe aufzunehmen. Die meisten Mehlsorten enthalten natürlich vorkommende Verbindungen namens Phytate, die Mineralien binden und die Aufnahme durch

den Körper erschweren. Die Milchsäurebakterien im Sauerteig hingegen neutralisieren diese Phytate und machen so den Weg frei, damit der Körper Kalzium, Eisen, Magnesium und Zink ganz leicht aufnehmen kann.

Außerdem wirkt die Hefe im Sauerteig als natürliches Konservierungsmittel und macht künstliche Konservierungsstoffe überflüssig, die in anderen Brotsorten zu finden sind.

Was ist das beste Mehl für einen Sauerteigstarter?

Bei Schär verwenden wir Reismehl für unseren charakteristischen, langsam fermentierten glutenfreien Sauerteig. Ergänzt wird er durch weitere hochwertige und nährstoffreiche Zutaten wie Hirse-, Quinoa- und Buchweizenmehl. Das Ergebnis: herrlich aromatische Brote mit der typischen mild-säuerlichen Note und der weichen Kruste eines traditionellen Sauerteigs – ganz ohne Gluten. Und ohne Kompromisse.

Der Starter (aka: dein neues Haustier)

Mische zu gleichen Teilen glutenfreies Mehl (z.B. Reismehl oder Buchweizenmehl) und Wasser (starte mit je 50 g).

Lass ihn 24 Stunden bei Raumtemperatur ruhen.

Füttere ihn täglich mit weiteren 50 g Mehl und 50 g Wasser.

Rund um Tag 7 beginnt er zu blubbern und duftet angenehm säuerlich – das ist dein Zeichen: Zeit zu backen.

Welche Vorteile hat Sauerteig?

Der lange Fermentationsprozess des klassischen Sauerteigs bringt gleich mehrere Vorteile – für Bäcker wie für Genießer.

1. Perfekt aufgegangen. Jedes Mal.

Hefen vergären die natürlichen Zucker im Mehl und bilden dabei Kohlendioxid. Diese feinen Gasbläschen lassen den Teig aufgehen und sorgen für eine besonders lockere Textur – ganz ohne zusätzliche Backhefe.

2. Länger frisch – ganz natürlich.

Während der Fermentation entstehen Milchsäure und Essigsäure. Sie wirken wie natürliche Konservierungsstoffe, senken den pH-Wert des Teigs und hemmen das Schimmelwachstum. Keine Tricks. Nur Natur, die weiß, was sie tut.

3. Unverwechselbarer Geschmack & Duft

Milch- und Essigsäuren halten das Brot nicht nur frisch, sie verleihen ihm auch den typischen Sauerteiggeschmack und das charakteristische Aroma.

Kurze FAQ

F: Ist jeder Sauerteig glutenfrei?

A: Nein. Nur Sauerteige aus glutenfreien Mehlen sind für Menschen mit Zöliakie oder Glutenunverträglichkeit geeignet.

F: Warum ist Sauerteig so locker und luftig?

A: Wilde Hefen und Bakterien vergären Zucker und bilden dabei feine Gasbläschen. Sie lassen das Brot natürlich aufgehen und sorgen für die typisch lockere Struktur.

F: Verwendet Schär wirklich natürlichen Sauerteig?

A: Absolut. Jedes Schär Brot mit Sauerteig beginnt mit einem lebendigen, natürlich fermentierten glutenfreien Sauerteig.

F: Kann ich Sauerteig selbst machen?

A: Ja! Es braucht etwa eine Woche, etwas Geduld und ein kleines bisschen Küchenstolz – aber es lohnt sich.





KAPITEL 1

Meister- bäckers Classic

Der Klassiker unter den Broten.



Unser Meisterbäckers Classic passt zu jeder Brotzeit. Saftiger glutenfreier Sauerteig, kombiniert mit hochwertigen Zutaten wie Hirse und Quinoa, sorgt für ein ausgewogenes Aroma und eine angenehm lockere Krume.

Die Brotscheiben sind vielseitig belegbar – ob süß zum Frühstück oder herzhaft zur Brotzeit. Natürlich gluten- und laktosefrei sowie ohne künstliche Zusatzstoffe und ohne Konservierungsstoffe gebacken.

Grilled Sandwich Omelett Tomatensalsa

Zutaten

Für das Grilled Sandwich

8 Scheiben Meisterbäckers Classic

8 Scheiben Käse

nach Bedarf Butter

nach Bedarf Basilikum

Für das Omelett

4 Eier

nach Bedarf Salz und Pfeffer

etwas Mineralwasser

Für die Tomatensalsa

1 kleine Zwiebel

etwas Speiseöl, geschmacksneutral

30 g Rohrohrzucker

200-250 g Tomaten

nach Bedarf Salz und Pfeffer

nach Bedarf Chilipulver



Zubereitung

Tomatensalsa

- Für die Tomatensalsa kleine Tomaten vierteln, den Strunk keilförmig herausschneiden und die Tomate in kleine Stücke schneiden.
- Eine kleine Zwiebel schälen und mit etwas Öl in einer Pfanne oder in einem kleinen Topf glasig andünsten. Den Rohrzucker hinzugeben und das Ganze unter Rühren und reduzierter Hitze etwas karamellisieren lassen.
- Die vorbereiteten Tomatenstücke hinzugeben und einige Minuten einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und ggf. etwas Chili würzen und abschmecken. So lange bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Mischung eine marmeladenartige Konsistenz hat. Ihr merkt, dass es fertig ist, wenn ihr mit einem Kochlöffel durchgeht und die Flüssigkeit nicht wieder zusammenfließt. In ein Schälchen oder steriles Glas füllen und etwas auskühlen lassen.

Omelett

- Für das Omelette die Eier in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen, einen Schluck sprudelndes Mineralwasser hinzugeben und gut verquirlen.
- Eine kleine Pfanne mit etwas Butter oder Öl einpinseln und die Eiermasse in die Pfanne geben – die Pfanne schwenken, um die Eimasse gleichmäßig darin zu verteilen. Sobald die Eimasse fast vollständig gestockt ist, das Omelett einmal wenden und durchgaren lassen.
- Das fertige Omelette auf einen Teller geben kurz Beiseite stellen.

Grilled Sandwich

- Alle Brotscheiben auf der Außenseite mit etwas Butter bestreichen und das Ganze einmal umdrehen. Nun verteilen wir etwas Tomatensalsa auf dem Brot, geben ein Viertel unseres Omeletts und Käse darauf. Wer mag, kann auch noch einige Blätter Basilikum hinzugeben. Die zweite Brotscheibe (mit der gebutterten Seite nach außen darauflegen und vorsichtig festdrücken. Die anderen Sandwiches genauso belegen.
- Zubereitung in der (Grill-) Pfanne: Bei kleiner Hitze erwärmen und die Sandwiches in die Pfanne legen. Einen Deckel über die Pfanne legen und die Sandwiches ca. 5 Minuten bei kleiner Hitze anbraten. Schaut unbedingt immer mal auf die Unterseite vom Sandwich, damit es nicht anbrennt.
- Zubereitung auf dem Grill: Die Sandwiches in einen Grillkorb geben und beidseitig für einige Minuten auf den Grillrost legen. Sobald sie knusprig sind und der Käse schmilzt, sind die Sandwiches fertig! Lasst es euch schmecken!

French Toast-Häppchen

Arme Ritter mit Beeren

Zutaten

Für das Grilled Sandwich

4 Scheiben Meisterbäckers Classic

2 md. Eier

50 ml Milch

1/4 TL Zimt, gemahlen

1/2 TL Vanilleextrakt

25 g Butter

25 g Himbeeren

25 g Heidelbeeren

2 EL Ahornsirup



Zubereitung

- Eier, Milch, Zimt und Vanille in einer flachen Schüssel verrühren.
- Die Butter in einer großen Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen.
- Die Brotscheiben in Hälften schneiden und in die Ei-Mischung tunken, sodass beide Seiten gut bedeckt sind und das Brot die Ei-Mischung aufsaugt. In eine Pfanne geben und etwa 3 Minuten goldbraun braten. Mit dem Pfannenwender umdrehen und die andere Seite anbräunen. Diesen Vorgang wiederholen, bis die Ei-Mischung aufgebracht ist.
- Zum Servieren den French-Toast in Fingerhäppchen schneiden und auf 2 Teller verteilen. Dann die frischen Himbeeren und Blaubeeren hinzugeben.
- Den Ahornsirup darüber träufeln und servieren.





French Toast

Zutaten

1 Packung Meisterbäckers Classic

300 ml Mandelmilch

4 Eier

1 Prise/n Zimt

1 EL Kokosöl

nach Bedarf Vanillezucker

nach Bedarf Ahornsirup

nach Bedarf Obst



Zubereitung

- Für die French Toast gibst du die Pflanzenmilch, die Eier und Zimt einfach in einen tiefen Teller. Rührst alles mit einem Schneebesen oder einer Gabel um. Und tunkst anschließend (am besten drei Scheiben zusammen) in die Flüssigkeit.
- In einer Pfanne etwas Kokosöl erhitzen und die drei Toastscheiben hineingeben. Auf mittlerer Hitze braten bis sie leicht goldbraun sind und dann wenden.
- Warm bleiben die French Toast Scheiben auf einem Teller im Backofen, während du die anderen machst.
- Mit Ahornsirup übergießen und dazu liebe ich einfach Blaubeeren und anderes frisches Obst.

Brokkolisalat mit würzigen Croutons

Zutaten

Für den Salat:

3 Scheiben Meisterbäckers Classic
500 g Brokkoli
2 EL Olivenöl
1 TL Salz
3/4 TL Paprikapulver

Für das Dressing:

100 ml Tahini
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
1 EL Agavendicksaft
3 EL Wasser
1/2 TL Salz
etwas schwarzer Pfeffer



Zubereitung

- 1 Esslöffel Olivenöl und ½ Esslöffel Salz über dem Brokkoli verteilen und dann vermengen.
- Den Brokkoli 15 Minuten bei 200°C rösten.
- Die Broteiben in Würfel schneiden.
- 1 Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen.
- Die Brotwürfel rösten, bis sie knusprig und goldbraun sind. Mit ½ Esslöffel Salz und geräucherter Paprika abschmecken.
- Die Knoblauchzehen schälen und zerreiben.
- Alle Saucen-Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermischen. Wenn nötig, ein wenig Wasser hinzufügen.
- Die Hälfte der Sauce über dem Brokkoli verteilen.
- Croutons hinzufügen und mit der restlichen Sauce servieren.





KAPITEL 2

Meister- bäckers Mehrkorn

Der Meister unter den Körnerbroten.



Unser ballaststoffreiches Meisterbäckers Mehrkorn ist ein vielseitiger Begleiter für Frühstück, Brotzeit oder Snack. Glutenfreier Sauerteig bildet die aromatische Basis und wird durch Hirse, Quinoa, Leinsamen und Sonnenblumenkerne ergänzt. So entsteht ein Brot mit kernigem Charakter und ausgewogenem Geschmack – hergestellt aus gluten- und laktosefreien Zutaten, ohne künstliche Zusatzstoffe und ohne Konservierungsstoffe.



Spanischer Brotsalat

Zutaten

7 Scheiben Meisterbäckers Mehrkorn
etwas Olivenöl
2 Fenchelknollen
4 sonnengetrocknete Tomaten
50 g Oliven
1 rote Zwiebel

1 Gurke
5 Tomaten
1 Bund Rauke
½ Zitrone
1 Prise/n Salz und Pfeffer
etwas Balsamico-Essig



Zubereitung

- Das Brot in grobe Würfel schneiden, mit Olivenöl beträufeln und bei 180 Grad im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene 10 Minuten rösten, bis das Brot knusprig ist aber noch keine dunkle Farbe angenommen hat.
- Den Fenchel klein schneiden und mit etwas Zitronensaft und Olivenöl marinieren, damit er nicht braun wird.
- Gurke, getrocknete Tomaten und frische Tomaten in kleine Scheiben schneiden.
- Die Zwiebel in feine Ringe schneiden.
- Fenchel, Zwiebelringe, Gurke, Rucola, frische Tomaten, getrocknete Tomaten und Oliven in eine Schale geben und gut vermengen.
- Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Essig vermengen.
- Am Ende den Salat mit dem gerösteten Meisterbäckers Mehrkorn Brot in einer Schale garnieren.

Süße Deluxe Sandwiches

Zutaten

6 Scheiben Meisterbäckers Mehrkorn
2 Bananen
2 TL Ahornsirup
1 Handvoll Mandeln, gehackt
3-4 Erdbeeren

Für das Kompott:

270 g Erdbeeren
1 Stiel Minze
30 g Reissirup
15 g Chiasamen (*Salvia hispanica*)
1 Vanilleschote

Für den Schokoaufstrich:

100 g Erdnussbutter / Erdnussmus
10 g Kakaopulver
4-5 EL pflanzliche Milch



Zubereitung

- Für den Kompott Erdbeeren und Minze in kleine Stücke schneiden.
- Mit Reissirup und ausgekratztem Vanillemark in einem Topf bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Erdbeeren weich werden. Zwischendurch umrühren.
- Danach Chiasamen einrühren, Masse vom Herd nehmen und für 20 Minuten quellen lassen.
- Für den Schokoaufstrich Erdnussmus, Kakaopulver und (pflanzliche) Milch zu einer cremigen Masse verrühren.
- Die Banane in Scheiben schneiden und mit dem Ahornsirup und den gehackten Mandeln kurz anbraten.
- 3-4 Erdbeeren in Scheiben schneiden.
- Meisterbäckers Mehrkorn Scheiben toasten.
- Jeweils drei Scheiben Meisterbäckers Mehrkorn für ein Sandwich verwenden.
- Abwechselnd Kompott, gebratene Bananenscheiben, frische Erdbeerscheiben und Schokoaufstrich auf die drei Brotscheiben schichten und ggf. mit einem Schaschlikspieß fixieren.





KAPITEL 3

Landbrot

Ein rustikales Highlight.



Unser Landbrot Classic überzeugt mit seinem kräftigen, rustikalen Geschmack. Die Grundlage bildet glutenfreier Sauerteig, der in Ruhe fermentieren darf und dem Brot sein charaktervolles Aroma verleiht. Die veganen, bereits geschnittenen Scheiben mit dunkler Kruste passen sowohl zu herzhaften als auch zu süßen Belägen. Natürlich gluten- und laktosefrei sowie ohne künstliche Zusatzstoffe und ohne Konservierungsstoffe.

Bruschetta-Sandwich

Zutaten

Für die Sandwiches:

4 Scheiben Landbrot
150 g Tomaten
1 Knoblauchzehe
1/2 Schalotte
2 Stängel Basilikum
1 Prise/n Zucker
1/2 TL Salz
1/2 TL Pfeffer

Für den Dip:

150 g Simply V Streichgenuss Kräuter
1/2 TL Knoblauch
etwas Zitronensaft



Zubereitung

- Schneide die Tomaten in kleine Stückchen.
- Presse den Knoblauch, hacke die Schalotte und das Basilikum fein.
- Mische die Tomaten mit Knoblauch, Schalotte, Basilikum, einer Prise Zucker sowie Salz und Pfeffer.
- Rühre alle Zutaten für den Dip zusammen.
- Röste die Brotscheiben in einer Grillpfanne etwas an und lass sie danach leicht abkühlen.
- Bestreiche die Brotscheiben mit dem Dip.
- Gib etwas von der Tomaten-Mischung auf zwei der Brotscheiben und lege dann die zweite Scheibe darauf.
- Tipp: Solltest du noch etwas Dip übrig haben, kannst du ihn wunderbar mit Rohkost genießen!



Serviettenknödel mit Pilz-Rahm Sauce

Zutaten

Für die Knödel:

1 Packung Landbrot
1 Packung Meisterbäckers Vital
1 kl. Zwiebel
4-5 EL Petersilie
3 EL gemahlene Flohsamenschalen
(Fiber-Husk)
300 ml Milch
1 TL Muskatnuss, gerieben
1 TL Salz
1/2 TL Pfeffer

Für die Sauce:

1 kl. Zwiebel
150 g Pilze
100 ml Weißwein
200 ml Sahne
1 TL Agavendicksaft
2 EL Petersilie
1 Handvoll Erbsen
nach Geschmack Salz und Pfeffer
nach Geschmack Muskatnuss



Zubereitung

Für die Serviettenknödel:

- Brot und Brötchen in kleine Würfel schneiden.
- Zwiebel in etwas Fett andünsten und zu den Brotwürfeln geben.
- Petersilie hacken und zu den Brotwürfeln geben. Gemahlene Flohsamenschalen zu den Brotwürfeln geben.
- Milch mit Gewürzen aufkochen und über die Brot-Mischung gießen. 5 Minuten ziehen lassen.
- Vorsichtig die Masse durchkneten (Achtung, kann noch heiß sein), bis die Brotwürfel zerfallen sind und eine klebrige Masse entsteht.
- Je nachdem welches Brot verwendet wird, kann gegebenenfalls etwas mehr oder weniger Milch benötigt werden.
- Mit feuchten Händen aus der Masse 2-3 Rollen formen.
- 2-3 Geschirrtücher anfeuchten und die Rollen darin eng einschlagen. Wichtig ist, dass zum Rand hin jeweils circa 7-10 cm Platz gelassen wird, da sich die Serviettenknödel beim Kochen noch etwas ausdehnen.
- Die Enden des Geschirrtuchs locker mit Küchengarn zubinden.
- Einen Topf (oder mehrere Töpfe je nach Größe der Serviettenknödel-Rolle) mit Wasser aufkochen, Salz hineingeben.
- Die Hitze reduzieren und die Serviettenknödel-Rolle circa 30-45 Minuten ziehen lassen. Das Wasser sollte nicht kochen!
- Die Rollen vorsichtig aus dem heißen Wasser nehmen und auswickeln. Circa 1,5 cm dicke Scheiben von der Rolle abschneiden. Nach Wunsch die Serviettenknödel nochmal kurz von beiden Seiten in einer Pfanne braten!

Für die Pilz-Rahm Sauce:

- Die Pilze und Zwiebeln schneiden.
- In etwas Öl andünsten.
- Die Süße dazu geben und weiter schmoren lassen.
- Weißwein und pflanzliche Sahne dazu geben und bei mittlerer Hitze die Sauce einkochen lassen. Mit Gewürzen abschmecken und servieren.



KAPITEL 4

Landbrot Mehrkorn

Der Geschmack des Landlebens.



Unser Landbrot Mehrkorn ist reich an Ballaststoffen und überzeugt mit seiner kernigen Vielfalt. Glutenfreier Sauerteig bildet die Basis des Teigs, der mit Buchweizen, Hirse und Vollreis zubereitet wird. Chia- und Leinsamen verleihen dem Brot sein besonderes Aroma und seine charaktervolle Textur. Die veganen Scheiben lassen sich vielseitig genießen und sind selbstverständlich frei von Gluten, Weizen und Laktose – ganz ohne künstliche Zusatzstoffe und ohne Konservierungsstoffe.

Ofenschlupfer- Scheiterhaufen

Zutaten

60 g Rosinen
450 g Landbrot Mehrkorn
1 Zitrone
300 ml Milch
200 ml Sahne
1 Vanilleschote
70 g Zucker
1 Prise/n Salz
3 Äpfel
4 Eier



Zubereitung

- Rosinen für mehrere Stunden in Rum oder Apfelsaft einweichen.
- Den Ofen auf 170 Grad Umluft vorheizen. Eier, Sahne, Salz, Milch, Zucker und Vanillemark mit einem Schneebesen verquirlen.
- Äpfel schälen, entkernen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden.
- Apfelscheiben mit Zitronensaft beträufeln.
- Eine Auflaufform gut einfetten. Landbrot Mehrkorn halbieren. Die Auflaufform mit der Hälfte des Brotes auslegen.
- Die Hälfte der Apfelscheiben und der eingelegten Rosinen darauf verteilen.
- Etwas von dem Eier-Milch Gemisch darüber verteilen.
- Die restlichen Brot-Hälften darauf verteilen, dazwischen die restlichen Äpfel und Rosinen verteilen.
- Mit dem restlichen Eier-Milch Gemisch begießen.
- Die Masse sollte 15 Minuten ruhen, damit alles einziehen kann.
- Mandelblättchen und ein paar Butterflöckchen auf der Oberfläche verteilen.
- Den Auflauf für circa 45 Minuten backen. Leicht auskühlen lassen und lauwarm genießen!



Avocado-Sandwich mit Spiegelei und Tabasco

Zutaten

2 Scheiben Landbrot Mehrkorn

1 reife Avocado

2 Eier

1-2 TL Zitronensaft

etwas Salz und Pfeffer

etwas Öl

etwas Tabasco



Zubereitung

- Avocado halbieren, entsteinen und gitterförmig einschneiden.
- Fruchtfleisch aus der Schale löffeln und in eine Schüssel geben.
- Mit einer Gabel grob zerdrücken und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
- Eine Bratpfanne bei mittlerer Stufe erhitzen und Spiegeleier mit Öl anbraten.
- Die Bratscheiben mit der Avocado Creme bestreichen, den Eiern belegen und Salz und Pfeffer würzen.
- Mit etwas Tabasco beträufeln und servieren.



A warm, rustic photograph of a wooden table. In the foreground, several thick slices of a golden-brown, porous bread are stacked on an orange cloth. In the background, a bowl of bright orange carrots sits next to a round, flatbread-like item topped with a creamy spread, sliced cucumbers, dill, and sprouts. A dark-handled knife is also visible on the table.

KAPITEL 5

Vitaminbrot

Der vitale Start in den Tag.



Unser Vitaminbrot ist ein ballaststoffreicher Begleiter für den ganzen Tag. Auf Basis von glutenfreiem Sauerteig entsteht ein aromatisches Brot, das durch Sonnenblumenkerne und getrocknete Karotten seinen besonderen Geschmack erhält. Angereichert mit den Vitaminen B1, B2, B3, B6, B8 und E unterstützt es eine ausgewogene Ernährung. Natürlich glutenfrei sowie ohne künstliche Zusatzstoffe und ohne Konservierungsstoffe.

Rotkohl Suppe mit Croûtons

Zutaten

Für die Suppe

600 g Rotkohl
250 g Kartoffeln
1 Stück Apfel
1 Stück rote Zwiebel
1 Stück Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl
2 EL Apfelessig
2 EL Balsamico-Essig
50 ml Apfelsaft
1 TL jodiertes Speisesalz (Salz, Kaliumiodid)
1 Msp Chilipulver
1 Prise/n schwarzer Pfeffer
1 l Wasser

Für die Croûtons

1 Packung Vitaminbrot
25 g Butter oder Margarine

Für die Garnierung

nach Bedarf Sahne
nach Bedarf Chilipulver
nach Bedarf frische Kräuter



Zubereitung

- Den Rotkohl vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die Kartoffel schälen und in Stücke schneiden. Den Apfel waschen, vom Gehäuse befreien und klein schneiden. Knoblauch und Zwiebel Knoblauch schälen und grob hacken.
- Olivenöl gemeinsam mit dem Knoblauch und den Zwiebeln einen Kochtopf geben und anbraten. Rotkohl, Kartoffel- und Apfelstücke hinzufügen. Mit Apfelessig, Balsamico Essig und Apfelsaft ablöschen.
- Anschließend mit Wasser (oder Gemüsebrühe) aufgießen und aufkochen lassen. Die Hitze reduzieren und für 25-30 Minuten köcheln lassen, bis das Rotkraut und die Kartoffeln gar sind.
- In der Zwischenzeit die Croûtons zubereiten. Die Brotscheiben mit einem Brotmesser in kleine Würfel (Croûtons) schneiden. In einer Pfanne etwas Butter oder Olivenöl erhitzen. Die Würfel hinzufügen und unter ständigem Wenden goldbraun braten.
- Die Rotkohlsuppe in einen Standmixer geben und fein pürieren. Alternativ mit einem Pürierstab pürieren.
- Portionsweise auf Teller oder in kleine Gläschen aufteilen und mit etwas Sahne, Chiliflocken und frischen Kräutern garnieren.

Flammkuchenbrote

Zutaten

Für drei Scheiben

1 Packung Vitaminbrot
1 rote Zwiebel
60 g Räuchertofu
1/2 Karotte
nach Bedarf Rucolablätter
nach Bedarf Kresse

Für die Creme

150 g Crème fraîche
150 g Frischkäse
100 g würziger Reibkäse
3 EL Petersilie
1/2 TL Salz und Pfeffer



Zubereitung

- Den Ofen auf 180° C (Umluft) vorheizen.
- Alle Zutaten für die Creme zusammenrühren und jeweils etwas davon auf einer Scheibe Vitaminbrot verstreichen.
- Die Rote Zwiebel in dünne Ringe schneiden. Karotten und Räuchertofu in feine Scheiben hobeln.
- Zwiebel und Tofuscheiben auf der Creme verteilen und die Brote für circa 5 Minuten in den Ofen schieben.
- Danach die gehobelten Karotten und Rucola oder Kresse auf den Broten verteilen.



Mini-Brottörtchen

Zutaten

Für den Boden

6 Scheiben Vitaminbrot

Für die Frischkäsecreme

200 g Frischkäse

1 Stück Frühlingszwiebel

1 EL Olivenöl

1 TL Honig

Für die Tomatensalsa

2 Stücke Tomaten

1 Stück Frühlingszwiebel

1 Stück Knoblauchzehe

1 EL Olivenöl

etwas Zucker

etwas Chiliflocken

8-10 Stücke Basilikumblätter

Für die Gurkensalsa

1/2 Stück Salatgurke

1 Zweig Dill

1 EL Olivenöl

2 EL Weißweinessig

etwas Zucker

Für die Dekoration

nach Bedarf Basilikumblätter

nach Bedarf Dill

nach Bedarf Croûtons aus altem, glutenfreiem Brot

Außerdem

nach Bedarf jodiertes Speisesalz (Salz, Kaliumiodid)

nach Bedarf schwarzer Pfeffer



Zubereitung

Für die Böden:

- Aus den Brotscheiben mit einem Dessertring von etwa 8 cm jeweils 2 Kreise ausstechen und in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten kross anrösten.

Für die Frischkäsecreme:

- Die Frühlingszwiebel fein schneiden und mit dem Frischkäse, Olivenöl und Honig vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Tomatensalsa:

- Tomaten, Frühlingszwiebel und Knoblauch klein schneiden und mit Olivenöl vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Chiliflocken abschmecken. Die Basilikumblätter fein hacken und zu der Tomatensalsa geben.

Für die Gurkensalsa:

- Die Gurke fein würfeln, die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und den Dill fein hacken. Alles mit dem Olivenöl und dem Weißweinessig vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für die Dekoration:

- Die Brotabschnitte in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne in etwas Olivenöl kross rösten, sodass Croutons entstehen.

Für die Fertigstellung:

- Einen Brotkreis in einen Dessertring geben und etwas von der Frischkäsecreme darauf verteilen. Dann einen zweiten Brotkreis darauf geben und leicht andrücken. Darauf etwas von der Tomatensalsa verteilen und den Dessertring vorsichtig nach oben wegziehen, sodass ein gleichmäßiges kleines Törtchen entsteht. Ein paar von den Croutons auf das Törtchen geben und mit einem Basilikumblatt dekorieren. Für die Gurkenvariante ebenfalls einen Brotkreis in einen Dessertring geben und mit Frischkäsecreme bestreichen. Einen zweiten Brotkreis auflegen und etwas von der Gurkensalsa darauf verteilen. Den Dessertring vorsichtig nach oben wegziehen, ebenfalls mit Croutons toppen und mit einem kleinen Dillzweig dekorieren.

Braaibroodjies

Zutaten

Aprikosen-Chutney

250 g Aprikosen
50 g Zwiebeln
1 TL Speiseöl, geschmacksneutral
etwas Chilipulver
1/2 TL Salz
25 g Rohrzucker
20 ml Apfelessig
1 Knoblauchzehe

Karamellisierte Zwiebeln

2 rote Zwiebeln
2 TL Rohrzucker
2 Knoblauchzehen

Braaibroodjies

6 Scheiben Vitaminbrot
nach Bedarf Cheddar-Käse
nach Bedarf Tomaten
nach Bedarf Butter
nach Bedarf Salz und Pfeffer



Zubereitung

Aprikosen-Chutney

- Gewürfelte Zwiebeln und gepresste Knoblauchzehe in Öl anschwitzen. Aprikosen klein schneiden und zu den angedünsteten Zwiebeln geben. Auf kleiner – mittlerer Stufe mit allen weiteren Zutaten einköcheln lassen, regelmäßig umrühren. Die Aprikosen zerfallen selbst nach einiger Zeit – wer mag, kann sie natürlich auch mit einem Pürierstab gleichmäßig zerkleinern.
- Das Ganze ca. 30-40 Minuten köcheln lassen, damit das Chutney etwas andickt.
- Tipp: Wer mag, kann das Chutney auch einkochen und so für später haltbar machen. Dafür vorher Eimachgläser bzw. Gläser mit Twist-Verschluss auskochen und das heiße Chutney einfüllen. Zudrehen & auskühlen lassen.

Karamellierte Zwiebeln

- Die vorbereiteten Zwiebelringe mit Rohrzucker und dem gepressten Knoblauch in einer kleinen Pfanne anbraten und etwas karamellisieren.

Braaibroodjies

- Jede Brotscheibe beidseitig mit Butter bestreichen.
- Jeweils eine Brotscheibe mit etwas Chutney, Käse, karamellisierten Zwiebelringen und aufgeschnittenen Tomaten belegen. Mit etwas Pfeffer & Salz würzen und die zweite Brotscheibe darauflegen und etwas festdrücken.
- Für einige Minuten beidseitig auf dem Grill anrösten, bis der Käse geschmolzen ist und die Brotscheiben schön knusprig sind! Noch heiß servieren und genießen!
- Tipp: Die Grillbrote können auch hervorragend in einer Grillpfanne oder im Backofen zubereitet werden!

Mit dem Besten unserer Backleidenschaft.



Entdecke all unsere Brote auf
schaer.com