Krusten-Laible
Glutenfrei

Zutaten für ca. 5 Stück à 550 g:

Quellstück:

100 g	Vollkornreis, grob geschrotet
80 g	Chiasamen
60 g	Sonnenblumenkerne
60 g	Kürbiskerne
ca. 350 g	Wasser

Kochstück:

75 g	Maisstärke
ca. 600 g	Wasser

Hauptteig:

650 g	Quellstück
675 g	Kochstück
20 g	Rübenzucker
20 g	Hefe
25 g	Salz
700 g	Reismehl
200 g	Teffmehl
10 g	Guarkernmehl
10 g	Xhantan
20 g	Apfelessig
ca. 450 g	Wasser
2.780 g	Gesamtteig

Außerdem:
Körnermischung

Zubereitung:

Quellstück:
Das Wasser mit den Körner verrühren und mindestens 5 Stunden stehen lassen (am besten über Nacht).

Kochstück:
Maisstärke mit 150 g Wasser anrühren. Das restliche Wasser zum Kochen bringen. Nun die Maisstärke hinzugeben, aufkochen und abkühlen lassen.

Hauptteig:
Zuerst alle trockenen Zutaten miteinander vermischen und mit den restlichen Zutaten zu einem glatten Teig kneten.

Knetzeiten

1-Gang Maschine:	6 Minuten
2-Gang Maschine:	4 Minuten langsam
	2 Minuten schnell
NOVA:	2 Minuten Stufe 2
	7 Minuten Stufe 4

Bei den Angaben handelt es sich um Richtwerte

Den Teig ca. 15 Minuten bei Raumtemperatur stehen lassen. Anschließend zu Portionen à 550 g abwiegen und zu runden Laiben formen. Die Oberseite mit Wasser absprühen und in einer Körnermischung wälzen. Danach nochmal ca. 60 Minuten gehen lassen und nach Anleitung backen.

0233-A-0324

Im Holzbackofen:
Bei 280 °C einschießen
Backzeit: ca. 50 – 60 Minuten

Im Elektro-Steinbackofen:
Oberhitze: 280 °C
Unterhitze: 190 °C
Backzeit: ca. 50 – 60 Minuten
Ofen ausschalten

Im Haushaltsbackofen:
Erst: 250 °C 20 Minuten
Dann: 200 °C 30 – 40 Minuten

0233-A-0324