

Einfach ge-lehm-ial

NACHHALTIG KOCHEN IM LEHMOFEN

Rezepte aus dem Lehmofen

Rezept für ein rustikales Bauernbrot im Lehmofen

Ein selbstgebackenes Bauernbrot im Lehmofen hat ein unvergleichliches Aroma. Hier ist ein einfaches Rezept, das Ihnen gelingt, sowie wichtige Tipps für das Backen im Lehmofen.

Zutaten für ein großes Brot:

500 g Roggenmehl
500 g Weizenmehl (Type 1050)
15 g Salz
20 g frische Hefe oder 7 g Trockenhefe
600 ml lauwarmes Wasser
2 TL Brotgewürz (Fenchel, Kümmel, Koriander nach Geschmack)
100 g Sauerteig (optional, für extra Aroma und Haltbarkeit)

DIE ZUBEREITUNG:

1 TEIG ANSETZEN:

Vermischen Sie Roggenmehl, Weizenmehl, Brotgewürz und Salz in einer großen Schüssel. Lösen Sie die Hefe im lauwarmen Wasser auf, fügen Sie den Sauerteig hinzu und gießen Sie die Flüssigkeit zu den trockenen Zutaten. Kneten Sie den Teig gründlich (mindestens 10 Minuten), bis er geschmeidig ist.

2 TEIG RUHEN LASSEN:

Decken Sie die Schüssel mit einem feuchten Tuch ab und lassen Sie den Teig an einem warmen Ort etwa 1–2 Stunden gehen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.



3 **FORMEN:**

Formen Sie den Teig zu einem Laib und lassen Sie ihn auf einem bemehlten Backbrett nochmals 30 Minuten ruhen.

4 **LEHMOFEN VORBEREITEN:**

Heizen Sie den Lehmofen etwa 1,5–2 Stunden vor dem Backen an. Verwenden Sie trockenes, harzfreies Holz, um eine gleichmäßige Hitze zu erzeugen. Wenn der Ofen gut durchgeheizt ist (Temperatur ca. 220–250 °C), entfernen Sie die Glut und reinigen Sie den Ofenboden mit einem feuchten Tuch oder Besen.

5 **BACKEN:**

Schieben Sie das Brot direkt auf den gereinigten Ofenboden oder legen Sie es auf ein Backblech/Backstein. Backzeit: ca. 40–50 Minuten. Das Brot ist fertig, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt.

TIPP

WICHTIGE PUNKTE BEIM BACKEN IM LEHOFEN:

Temperaturkontrolle: Ein Lehmofen speichert Wärme sehr gut. Achten Sie darauf, dass der Ofen nicht zu heiß ist, sonst verbrennt das Brot außen, bevor es innen gar wird. Eine Faustregel: Sobald die weiße Schicht an den Innenwänden des Ofens verschwindet, ist die Temperatur richtig.

Gleichmäßige Hitze: Verteilen Sie die Glut während des Anheizens gleichmäßig, um eine stabile Temperatur im ganzen Ofen zu erzielen.

Feuchtigkeit: Für eine knusprige Kruste sorgen Sie dafür, dass während der ersten 10 Minuten Dampf im Ofen bleibt. Stellen Sie dazu eine Schale Wasser in den Ofen oder sprühen Sie Wasser mit einer Sprühflasche in den Ofen. Planen Sie ausreichend Zeit ein: Ein Lehmofen benötigt länger zum Anheizen, speichert die Wärme aber über Stunden.

Reinigung: Entfernen Sie vor dem Backen alle Glutreste und reinigen Sie den Boden gründlich, um Ruß und Asche zu vermeiden.

**Genießen Sie den herrlichen Duft und Geschmack von frischem Bauernbrot
– rustikal, aromatisch und unvergleichlich!**



Einfach ge-lehm-ial

*Rezept: Lammschlägel und Lammleber
mit Uhdler-Risotto und Ofengemüse aus dem Lehmofen*

Dieses Gericht vereint zarten Lammschlägel, aromatische Lammleber, ein cremiges Risotto und knackiges Ofengemüse zu einem besonderen kulinarischen Erlebnis.
Folgen Sie einfach diesen Schritten:

ZUTATEN:

Für den Lammschlägel:

1 Lammschlägel im Ganzen, 2 Zweige Rosmarin, 1 TL Oregano, 2 Zehen Knoblauch, Salz, Pfeffer, Chiliflocken (nach Geschmack), Olivenöl, Uhdler (für die Marinade und zum Aufgießen)

Für das Uhdler-Risotto:

200 g Arborio-Reis, ½ Zwiebel, fein geschnitten, 1 EL Butter, Gemüsebrühe (ca. 500 ml), 100 ml Uhdler, 50 ml Uhdler-Traubensaft, 50 ml Schlagobers (Sahne), 50 g Parmesan, gerieben, Salz, Pfeffer

Für das Ofengemüse:

1 Aubergine, 1 Zucchini, 1 rote Paprika, 1 rote Zwiebel, 2 Paradeiser (Tomaten), 1 EL Olivenöl
1 Zweig Rosmarin, 1 Zehe Knoblauch, fein gehackt, Salz, Pfeffer

Für die Lammleber:

200 g Lammleber, in feine Streifen geschnitten, Pfeffer, Olivenöl (zum Grillen)



DIE ZUBEREITUNG:

LAMMSCHLÖGL MARINIEREN:

Reiben Sie den Lammschlögel am Vortag großzügig mit Olivenöl, gehacktem Knoblauch, Rosmarin, Oregano, Salz, Pfeffer und Chiliflocken ein. Lassen Sie ihn abgedeckt im Kühlschrank durchziehen

LAMMSCHLÖGL GRILLEN:

Heizen Sie einen Holzgriller vor. Spießen Sie den marinierten Lammschlögel auf einen Grillspieß und hängen Sie ihn in den Griller. Grillen Sie den Schlögel etwa 2 Stunden lang und gießen Sie dabei regelmäßig etwas Uhudler über das Fleisch, um es saftig zu halten.

UHUDLERRISOTTO ZUBEREITEN:

Dünsten Sie die fein geschnittene Zwiebel in Butter glasig. Geben Sie den gewaschenen Arborio-Reis dazu und rösten Sie ihn kurz mit. Löschen Sie den Reis mit einem Schuss Uhudler ab und rühren Sie, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Gießen Sie nach und nach Gemüsebrühe hinzu, immer nur so viel, dass der Reis sie aufnehmen kann, und rühren Sie dabei ständig. Kurz bevor der Reis gar ist, geben Sie ein weiteres Stück Butter, die Sahne und den geriebenen Parmesan hinzu. Rühren Sie alles cremig. Verfeinern Sie das Risotto mit einem Schuss Uhudler und Uhudler-Traubensaft. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

OFENGEMÜSE ZUBEREITEN:

Schneiden Sie das Gemüse in gleichmäßige Scheiben und marinieren Sie es mit Olivenöl, Rosmarin, Knoblauch, Salz und Pfeffer. Legen Sie das Gemüse auf ein Backblech und braten Sie es im vorgeheizten Ofen bei 200 °C für etwa 10 Minuten, bis es leicht gebräunt ist.

LAMMLEBER GRILLEN:

Grillen Sie die Lammleberstreifen kurz bei hoher Hitze, sodass sie außen leicht knusprig und innen zart bleiben. Würzen Sie sie anschließend mit Pfeffer.

ANRICHTEN:

Nehmen Sie den Lammschlögel vom Spieß und schneiden Sie ihn in Portionsstücke. Beträufeln Sie das Fleisch mit einer Mischung aus frischem Zitronensaft und Olivenöl. Richten Sie den Lammschlögel zusammen mit der Lammleber, dem Uhudler-Risotto und dem Ofengemüse auf Tellern an.

Guten Appetit!