

mQ® Backrezepte

mQ® Zopf	Seite 2
mQ® Ruchbrot	Seite 3
mQ® Pizzateig (schnelle Variante)	Seite 4
mQ® Pizzateig	Seite 5
mQ® Spezial hell	Seite 6
mQ® Spezial dunkel	Seite 7
mQ® Ticino Brot	Seite 8
mQ® Baguette	Seite 9
mQ® Spezial Baguette hell/dunkel	Seite 10
mQ® Dinkelbrot Hell	Seite 11

mQ® How To

1. mQ® Ofen aufheizen	Seite 12
2. mQ® Teig aufziehen	Seite 13

mQ® Zopf

mQ® Ofen: 220°C

Backzeit: 12-18 min (kleine Zöpfe)

Backofen: 220°C

30-45 min (grosse Zöpfe)

Rezept

- Butter, Hefe, Milch, Zucker in die Schüssel geben und mQ® Zopf - Mehl darüber streuen. Falls die Butter und Milch frisch aus dem Kühlschrank waren, die Mischung ca. 15min warm werden lassen
- Anschliessend Salz auf das Mehl streuen und langsam zu einer homogenen Teigmasse kneten (10-15min mit Maschine, sonst 40min von Hand)
- $\frac{3}{4}$ Stunde unter einer mQ® Gärfolie den Teig gehen lassen
- Teig Portionieren, Flach drücken und zu Rohlingen straff zusammenformen
- Die Teiglinge unter einer mQ® Gärfolie 5-10min, wenn möglich nahe der Sonne, stückgaren
- Rohlinge zu Strängen formen und zöpfeln
- Nochmals unter einer mQ® Gärfolie 30 min gehen lassen

Zutaten

23g	Salz
670g	Vollmilch
42g	frische Hefe
125g	Butter
10g	Zucker
1kg	mQ® Zopf - Mehl

Für Laugenzopf:

- mQ® Gärfolie für 7-10min wegnehmen, damit sich eine Haut bildet.
- Mit mQ®'s 4% Lauge einpinseln und Zopf mit grobkörnigem Salz bestreuen
- Sofort backen bei 220°C
- Falls weichere Kruste gewünscht, noch die mQ® Gärfolie für 5 - 10min auf den Laugenzopf legen

Für Zopf:

- Zopf mit flüssigem Ei bepinseln (Tipp: Ei mit einer Prise Salz mischen, damit der Zopf schön glänzt)
- Backen bei 220°



mQ® Ruchbrot

mQ® Ofen: 280°C

Backzeit: ca. 45 min

Backofen: 240-260°C fallend auf 220°C

Rezept

- Wasser und Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ® Ruch - Mehl darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen
- 10 – 15min ruhen lassen
- Ca. 20min auf kleiner Stufe kneten
- Den Teig mit nasser Hand von Rührwerk nehmen und mögliche Überreste von Hand in den Teig gut einkneten
- Den Teig zurück in die Schüssel legen und mit mQ® Gärfolie zudecken
- 6-8 Stunden aufgehen lassen. Den Teig zwischendurch aufziehen
- Vor der Weiterverarbeitung den Teig nochmals aufziehen, um bestmögliche Spannung in den Teig zu geben
- Den Teig wie gewünscht Formen und dabei Spannung beibehalten
- Zur Weiterverarbeitung des Teiges den Tisch mit mQ® Ruch – Mehl bestäuben und die Teiglinge im Mehl wenden.
- mQ® Ofen gut aufheizen und Temperatur etwas abfallen lassen, dann Brot einschliessen (dadurch wird eine kräftige Unterhitze garantiert), bei Bedarf mit ein bis zwei Sprüher Wasser befeuchten
- Das Brot aus dem Ofen nehmen und mit etwas Wasser, für einen schönen Glanz, einsprühen

Zutaten

23g	Salz
750g	Kaltes Wasser
6-7g	frische Hefe
1kg	mQ® Ruch - Mehl



mQ® Pizzateig (schnelle Variante)

mQ® Ofen: 300°C

Backzeit: ca. 3-5 min

Backofen: 250°C oder mehr

Rezept

- Wasser und Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ® Pizza - Mehl darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen
- 30min ruhen lassen
- Ca. 15-20min auf kleiner Stufe kneten, dabei zu Beginn ein Schuss Olivenöl begeben
- Teig in gewünschte Grössen zu Kugeln verarbeiten
- Ca. 1h gehen lassen und dabei mit einer mQ® Gärfolie zudecken, damit der Teig nicht austrocknet

Zutaten

23g	Salz
600g	Kaltes Wasser
42g	frische Hefe
1kg	mQ® Pizza - Mehl
Schuss	Oliven Öl

mQ® Pizzateig

mQ® Ofen: 300°C

Backzeit: ca. 3-5 min

Backofen: 250°C oder mehr

Rezept

- Wasser und Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ® Pizza - Mehl darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen
- 30min ruhen lassen
- Ca. 15-20min auf kleiner Stufe kneten, dabei zu Beginn ein Schuss Olivenöl begeben
- Teig in gewünschte Grössen zu Kugeln verarbeiten
- Kugeln unter mQ® Gärfolie (luftdicht) in ein Plastikbehälter (am besten über Nacht) im Kühlschrank ca. 24h lagern
- Teig 2-3 Stunden vor gebrauch aus dem Kühlschrank nehmen

Zutaten

23g	Salz
600g	Kaltes Wasser
2g	frische Hefe
1kg	mQ® Pizza - Mehl
Schuss	Oliven Öl

mQ® Spezial hell

mQ® Ofen: 260-280°C

Backzeit: ca. 45-55 min

Backofen: 240-260°C fallend auf 210°C

Rezept

- Wasser und Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ® Spezial - Mehl hell darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen
- Ca. 8min auf kleiner Stufe kneten und anschliessend 10min im Schnellgang kneten
- 30min stehen lassen, zudecken mit mQ® Gärfolie
- Teig kräftig aufziehen
- Teig unter mQ® Gärfolie in ein Plastikbehälter (mit Olivenöl einölen) 24h bis maximal 48h im Kühlschrank lagern
- Den Teig 1-2h vor der Weiterverarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen. Er soll sich bei der Verarbeitung trotzdem noch kühl anfühlen
- Tisch mit mQ® Ruch - Mehl bestauben und Teig darauf stürzen. Anschliessend den Teig aufziehen, um damit die Spannung im Teig zu erhöhen
- Teig länglich Formen, dabei den Teig nicht zu fest bearbeiten
- Kurz in Weissmehl drehen und wenden
- Die Teiglinge unter einer mQ® Gärfolie 10-15min, wenn möglich nahe der Sonne (ca. 25-30°C), stückgaren
- mQ® Ofen auf 280°C aufheizen und Temperatur etwas abfallen lassen, dann Brot einschiessen (dadurch wird eine kräftige Unterhitze garantiert), bei Bedarf mit ein bis zwei Sprüher Wasser befeuchten
- Das Brot aus dem Ofen nehmen und mit etwas Wasser, für einen schönen Glanz, besprühen

Zutaten

28g	Salz
800g	Kaltes Wasser
8g	frische Hefe
1kg	mQ® Spezial - hell

mQ® Spezial dunkel

mQ® Ofen: 260-280°C

Backzeit: ca. 45-55 min

Backofen: 240-260°C fallend auf 210°C

Rezept

- Wasser und Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ® Spezial - Mehl dunkel darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen
- Ca. 8min auf kleiner Stufe kneten und anschliessend 10min im Schnellgang kneten
- 30min stehen lassen, zudecken mit mQ® Gärfolie
- Teig kräftig aufziehen
- Teig unter mQ® Gärfolie in ein Plastikbehälter (mit Olivenöl einölen) bis zu 24h im Kühlschrank lagern
- Den Teig 1-2 h vor der Weiterverarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen. Er soll sich bei der Verarbeitung trotzdem noch kühl anfühlen.
- Tisch mit mQ® Ruch - Mehl bestauben und Teig darauf stürzen. Anschliessend den Teig aufziehen, um damit die Spannung im Teig zu erhöhen
- Teig länglich Formen, dabei den Teig nicht zu fest bearbeiten.
- Kurz in mQ® Ruch - Mehl drehen und wenden
- Die Teiglinge unter einer mQ® Gärfolie 10-15min, wenn möglich nahe der Sonne (ca. 25-30°C), stückgaren
- mQ® Ofen auf 280°C aufheizen und Temperatur etwas abfallen lassen, dann Brot einschiessen (dadurch wird eine kräftige Unterhitze garantiert), bei Bedarf mit ein bis zwei Sprüher Wasser befeuchten
- Das Brot aus dem Ofen nehmen und mit etwas Wasser, für einen schönen Glanz, besprühen

Zutaten

29g	Salz
833g	Kaltes Wasser
8-9g	frische Hefe
1kg	mQ® Spezial - dunkel

mQ® Ticino Brot

mQ® Ofen: 280°C

Backzeit: ca. 80-90 min

Backofen: 240-260°C fallend auf 220°C

Rezept

- 750g Wasser und die Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ® Ticino – Mehl Mischung darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen
- Ca. 8min auf kleiner Stufe ankneten
- Teig anschliessend 10min im Schnellgang mischen und das restliche Wasser dabei nach und nach begeben
- Teig muss sich vom Kesselrand lösen und hauchdünn zu ziehen sein
- Teig unter mQ® Gärfolie (luftdicht) in ein Plastikbehälter (Plastikbehälter mit Olivenöl einölen) 16h bis 24h (am besten über Nacht) im Kühlschrank lagern
- Den Teig ca. 2h vor der Weiterverarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen
- Teigstücke in rundlich flache Form bringen (nicht aufziehen)
- Teig mit reichlich mQ® Zopf/Pizza – Mehl bestauben
- Vor dem Backen 5mal längs mit feuchtem Messer fein einschneiden
- Die Teiglinge unter einer mQ® Gärfolie stückgaren. 15min für grobe Porung und 30min für etwas feinere Porung, wenn möglich nahe der Sonne (ca. 25-30°C)
- mQ® Ofen auf 300°C aufheizen und Temperatur etwas abfallen lassen, dann Brot einschliessen (dadurch wird eine kräftige Unterhitze garantiert), Ofen mit zwei bis drei Sprüher Wasser befeuchten
- Das Brot aus dem Ofen nehmen und mit etwas Wasser, für einen schönen Glanz, besprühen

Zutaten

28g	Salz
900g	Kaltes Wasser
8g	frische Hefe
1kg	mQ® Ticino – Mehl Mischung



mQ® Baguette

mQ® Ofen: 250°C

Backzeit: ca. 25-30 min

Backofen: 230°C

Rezept

- Wasser und Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ® Pizza - Mehl darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen
- Ca. 12min auf kleiner Stufe kneten, danach noch ca. 8min auf schneller Stufe kneten lassen
- Teig 2h gehen lassen (bei Verwendung von nur 5g frischer Hefe, Teig mindestens 24h in Plastikbehälter im Kühlschrank lagern)
- Teig in gewünschte Form und Grösse bringen und unter mQ® Gärfolie (luftdicht) nochmals 30min Stückgaren

Zutaten

23g	Salz
700g	Kaltes Wasser
20g/5g	frische Hefe
1kg	mQ® Pizza - Mehl

mQ[®] Spezial Baguette hell/dunkel

mQ[®] Ofen: 250°C

Backzeit: ca. 25-30 min

Backofen: 230°C

Rezept

- **Wasser und Hefe (zerbröckelt) in die Schüssel geben und mQ[®] Spezial – hell oder dunkel - Mehl darüber streuen, anschliessend das Salz auf das Mehl verteilen**
- **Ca. 12min auf kleiner Stufe kneten, danach noch ca. 8min auf schneller Stufe kneten lassen**
- **Teig 6h gehen lassen, danach entweder in einem eingefetteten Plastikbehälter im Kühlschrank bis zu 3 Tagen lagern, oder direkt Backen**
- **Teig in gewünschte Form und Grösse bringen und unter mQ[®] Gärfolie (luftdicht) nochmals 30min Stückgaren**

Zutaten

23g	Salz
700g	Kaltes Wasser
2g	frische Hefe
1kg	mQ[®] Spezial – hell/dunkel

mQ® Dinkelbrot Hell

mQ® Ofen: 240°C

Backzeit: ca. 30 + min

Backofen: 230°C fallend auf 210°C

Rezept

- **Vorteig:** Wasser, Mehl, Hefe von Hand verrühren, ca. 1h im Raum stehen lassen. Danach etwa 20h im Kühler lagern.
- **Hauptteig:** Vorteig, Zucker, Wasser, Hefe, Mehl und Salz ca. 8min mit Maschine kneten.
- Danach etwa 2min im Schnellgang kneten, damit sich der Teig vom Kesselrand löst.
- 60min ruhen lassen.
- Teigstücke abwägen und ohne Aufarbeitung rundlich-flach formen
- **Stückgare:**
10-20min: grobe Porung, 20-30min: feine Porung
- **Backen:**
Dampf dazugeben, nach ca 12min Dampf wieder ablassen.

Zutaten:

Vorteig

200g Wasser (ca. 28°C)
1.5g frische Hefe
200g mQ® Dinkelmehl Hell

Zutaten:

Hauptteig

27g Salz
10g Zucker
450g Wasser (ca. 38°C)
18g frische Hefe
800g mQ® Dinkelmehl Hell
402g Vorteig

mQ[®] Ofen aufheizen

Damit das Brot aus dem mQ[®] Ofen perfekt gelingt, empfehlen wir Ihnen folgendes Vorgehen beim Aufheizen:

- **Den Gasbrenner im mQ[®] Ofen zünden**
- **Falls das Brot sehr lange (über eine Stunde) im Ofen sein wird, empfehlen wir die Gaszufuhr für die Brenner auf kleiner Stufe einzustellen. Durch das langsamere Aufheizen können die Steine die Temperatur besser aufnehmen**
- **Ansonsten kann die Gaszufuhr auf grosser Stufe offen sein**
- **Messen Sie mit dem Laserthermometer die Temperatur mittig auf dem mQ[®] Ofenboden**
- **Heizen Sie ca. 10-20°C über die gewünschte Backtemperatur**
- **Stellen Sie den Gasbrenner nun ab und warten Sie ca. 10min damit sich die Wärme ideal im mQ[®] Ofen verteilen kann**
- **Kontrollieren Sie mit dem Laserthermometer die Temperatur**
- **Sie können Ihren Teig nun in den mQ[®] Ofen bei abgestelltem Gasbrenner backen**

mQ® Teig aufziehen

Das Aufziehen des Teiges wird benötigt, um eine Teigmischung mit grossem Wassergehalt leichter bearbeiten zu können.

Um einen Teig aufzuziehen, wird er jeweils an einer Seite gepackt, langgezogen, um dann dieses Stück Teig zurück bis über die Mitte abzulegen. Dies wird mit jeder Seite gemacht. Da dadurch Luft in den Teig eingeschlossen wird, erhöht sich seine Eigenspannung stark.

Das Aufziehen wird in der Regel am Schluss des Gärvorgangs gemacht. Falls der Teig einen sehr hohen Wassergehalt hat, so kann der Teig auch mehrmals während dem Gären aufgezogen werden (in ca. 2-3h Abständen).