Taufbrot des Konstantin

Dieses Rezept soll einen kleinen Eindruck vermitteln, wie Brot möglicherweise zubereitet wurde, als sich das Christentum im Römischen Reich langsam zur Staatsreligion entwickelte.

Herkunft: Italien
Kategorie: Beilagen, Mehlspeisen

Marinieren / Einlegen: 60 Minuten
Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 90 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

300 g Dinkelmehl
200 g Weizenmehl
500 g Roggenmehl
1 EL Honig
1 ½ EL Salz
70 g Hefe
700 ml Wasser

Vorbereitung

Die Hefe mit warmem Wasser und Honig zu einem Vorteig verarbeiten und etwa 15 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

Zubereitung

Die drei Mehlsorten und den Vorteig gut vermischen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig abdecken und bei Zimmertemperatur eine Stunde ruhen lassen. Danach den Teig nochmals durchkneten, zu zwei Kreuzen formen und auf ein Backblech geben und nochmals eine halbe Stunde reifen lassen. Die Oberfläche mit einem Messer nach Belieben einschneiden. Einen Ofen bei 230° C vorheizen und das Brot 25 Minuten backen.

© 2025 coquina.de