

Buchtipps & Rezensionen

Autor: Astrid Casatta

Datum: 13.11.2020

Titel: Der gute alte Sauerteig

Ein absolutes Trendthema: Backen mit Sauerteig ist eine der ältesten und bekömmlichsten Arten, gutes Brot herzustellen. Das Buch „Die Sauerteig-Schule - Gutes Brot für ein gesundes Leben“ umfasst über 30 Rezepte mit einer Fülle an theoretischem Hintergrund, anschaulichen Grundlagen und ausführlichen Anleitungen zu Startern, klassischen Broten bis hin zu vollwertigen, außergewöhnlichen und neuen Sorten.

Die leidenschaftliche Bäckerin, Autorin und erfolgreiche Back-Dozentin Vanessa Kimbell hat sich auf das Brotbacken mit Sauerteig spezialisiert. Sie entdeckte ihre Liebe für diesen speziellen Teig schon in Kindheitstagen, die sie im Südwesten Frankreichs verbrachte. Inzwischen leitet sie ihre eigene Bäcker-Schule, die Sourdough School, nördlich von Northamptonshire.

Von den Grundlagen über das Ansetzen von Sauerteig bis hin zum fertigen Brot erklärt sie ausführlich und leicht verständlich, wie Sie zuhause gesundes Brot problemlos selbst backen können. Das tiefe Verständnis für die chemischen Vorgänge des lebenden Teigs ist ihr dabei ein wichtiges Anliegen.

Das detaillierte und reich bebilderte Werk mit über 208 Seiten lädt zum Ausprobieren ein - vom klassischen hellen Sauerteigbrot über dunkles Roggenbrot bis zu neuen Geschmacksrichtungen wie etwa Kürbis-Polenta-Brot und Earl-Grey-Feigenbrot.

Für Hobbybäckerinnen und Interessierte an Sauerteigbroten ohne Bäckerhefe ist dies genau das Richtige, um die Leidenschaft für selbstgemachtes Brot zu entdecken.

Das Buch „Die Sauerteig-Schule - Gutes Brot für ein gesundes Leben“ ist in der Edition Fackelträger erschienen und für 15,00 Euro im Handel erhältlich.