

Mettinger Kartoffelbrot

Heute versuchen wir uns an einer Spezialität aus dem Tecklenburger Land, die zu gut klang, um sie auszulassen: Ein rustikales Brot mit Kartoffeln, Speck und Zwiebeln – in unserer Version – denn das Original ist geheim.



Portionen: 1 Laib von etwa 1300 g
Vorbereitung: 15 h
Zubereitung: 1 h
Zeit gesamt: 16 h
Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für das Mettinger Kartoffelbrot:

- 1 große Zwiebel
- 50 g Frühstücksspeck
- 200 g Kartoffeln, festkochend oder vorwiegend festkochend
- 2 EL Sonnenblumenöl
- Salz und Pfeffer
- 100 g Roggensauerteig
- 275 g Mehl Type 550 + mehr zum Bestreuen
- 150 g Mehl Type 1050
- 75 g Roggenmehl Type 997
- 320 g Wasser, aufgeteilt
- 10 g Salz

Besondere Utensilien:

- Optional: Rührschüssel mit Deckel
- Teigschaber aus Metall
- Optional: Gärkorb
- Optional: Rasierklinge
- Gusseiserner Bräter

Zubereitung:

- **Für das Mettinger Kartoffelbrot** die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Bauchspeck fein würfeln. **Tipp:** Wer keinen Speck verwenden möchte, nimmt entsprechend mehr Zwiebel.
- Kartoffeln schälen und ebenfalls fein würfeln und unter fließendem Wasser abspülen; anschließend trockentupfen.
- Sonnenblumenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel darin bei mittlerer bis hoher Hitze unter regelmäßigem Rühren von allen Seiten goldbraun anbraten.
- Mit je einer kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.
- Zwiebel und Speck in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze unter Rühren braten, bis die Zwiebeln anfangen zu bräunen und der Speck leicht knusprig wird.
- Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.
- Roggensauerteig, alle drei Mehlsorten und 300 g Wasser in einer Rührschüssel mit einem Teigspatel grob verrühren – der Teig muss an dieser Stelle noch keinen Schönheitswettbewerb gewinnen.
- Schüssel mit dem dazugehörigen Deckel oder Frischhaltefolie abdecken und eine Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
- Salz und restliches Wasser über den Teig streuen beziehungsweise tröpfeln und mit den Händen einarbeiten – das gelingt am besten, indem man den Teig zwischen Daumen und Zeigefinger durchpresst.
- Kartoffeln, Zwiebeln und Speck über den Teig streuen und ebenso einarbeiten.
- Schüssel wieder abdecken und den Teig eine weitere Stunde ruhen lassen.
- Dann den Teig aufdecken und dehnen und falten: Teig auf „12 Uhr“ in der Schüssel mit angefeuchteten Händen hochziehen und zur Mitte überklappen. Schüssel um eine Vierteldrehung drehen und wiederholen, bis man den Teig vier Mal – ähnlich eines Briefumschlags – gedehnt und gefaltet hat.
- Schüssel wieder abdecken und das Dehnen und Falten nach jeweils 30 und 60 Minuten wiederholen, dabei die Schüssel nach dem Falten und Dehnen wieder abdecken.
- Nach dem letzten Dehnen und Falten den Teig bei Zimmertemperatur vier Stunden gehen lassen.
- Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mit Hilfe des Teigschabers zu einer straffen Kugel formen, mit einem sauberen Küchentuch abdecken und 20 Minuten ruhen lassen.

- Teigkugel leicht bemehlen, umdrehen und den Teig an vier Punkten zur Mitte hin zusammenraffen.
- Teig wieder umdrehen und zu einer straffen Kugel mit deutlicher Oberflächenspannung formen.
- Einen Gärkorb gut bemehlen oder eine Schüssel passender Größe mit einem bemehlten Küchentuch auslegen.
- Teigkugel mit der Naht nach unten in den vorbereiteten Gärkorb legen und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
- Mit Plastikfolie abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
- Am nächsten Tag den Brotteig aus dem Kühlschrank nehmen und den Backofen auf 230 °C vorheizen, dabei einen gusseisernen Bräter inklusive Deckel auf mittlerer Schiene mit vorheizen.
- Teig auf ein Stück Backpapier stürzen und mit einer Rasierklinge oder einem scharfen Messer kreuzweise einschneiden – wer es sich zutraut, kann sich auch an einem hübschen Muster versuchen.
- Kartoffelbrot mit Hilfe des Backpapiers in den heißen Bräter legen und mit aufgelegtem Deckel 30 Minuten backen.
- Kartoffelbrot aufdecken und weitere 20 Minuten backen, bis das Brot kräftig braun aussieht.
- Bräter aus dem Ofen nehmen und das Brot vorsichtig aus dem Bräter holen.
- Backpapier entfernen und das Brot auf einem Kuchenrost vollständig abkühlen lassen, bevor es angeschnitten wird – **Mahlzeit!**