

---

**Artikelnummer: 718 896**

---

## **Liebe Kundin, lieber Kunde!**

Gute Gärbedingungen für den Hefeteig verbessern den Geschmack des Brotes. Gute Gärbedingungen finden sich in einem Gärkörbchen, da es Wärme speichern und gleichmäßig abgeben kann. Außerdem verhindert das Material, dass der Teig schwitzt. Dennoch schützt das Gärkörbchen den Teig vor Zugluft und gibt dem Laib seine Form, sein Muster und seine typische Konsistenz. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Backen und guten Appetit!

## **Ihr Tchibo Team**

---

### **Wichtige Hinweise!**

Das Gärkörbchen ist ausschließlich zum Gehenlassen von Hefeteig vorgesehen. Es ist nicht zum Backen geeignet. Stellen Sie es, außer zum Entkeimen, nicht in den heißen Backofen. Es besteht Brandgefahr!

Das Gärkörbchen darf nicht mit Öl o.Ä. eingefettet und nicht mit Wasser, Spülmittel o.Ä. abgewaschen werden.

Bestäuben Sie den länglich geformten Teig gründlich von allen Seiten und bemehlen Sie auch das Gärkörbchen großzügig, bevor Sie den Teig in das Gärkörbchen legen. Wenn der Teig an der Korbwand kleben bleibt, war der Teig zu feucht und das Gärkörbchen nicht ausreichend mit Mehl bestäubt.

Legen Sie den vorbereiteten Teig in das Gärkörbchen und decken Sie es mit einem sauberen Küchentuch ab.

Lassen Sie den Teig ca. 1 Stunde 30 Minuten ruhen.

Optimal ist hierbei eine Temperatur von ca. 35 °C.

Um den Teig nach dem Ruhenlassen aus dem Gärkörbchen zu stürzen, decken Sie Backpapier über den Teig und halten Sie es mit einer Hand fest, drehen Sie das Gärkörbchen um und legen Sie den Teig mitsamt dem Backpapier auf das Backblech. Nehmen Sie dann das Gärkörbchen ab. So vermeiden Sie, dass der Teig auf das Backblech fällt. Durch den Stoß könnte er wieder zusammenfallen.

Schieben Sie das Backblech zügig in den Ofen, damit der Teig nicht auseinanderlaufen kann.

Lassen Sie das Gärkörbchen nach dem Gebrauch vollständig trocknen, damit sich kein Schimmel bildet.

Sie können dazu die Restwärme des Backofens nutzen.

Wenn das Gärkörbchen vollkommen trocken ist, entfernen Sie

Mehl- und trockene Teigreste mit einer weichen Bürste und klopfen Sie das Gärkörbchen aus.

Entkeimen Sie das Gärkörbchen regelmäßig, indem Sie es unbefüllt ca. 30 - 40 Minuten bei max. 120 °C in den Backofen geben.

---

## Rezepte

### Helles Hafer-Landbrot

12 g frische Hefe	10 g Salz
100 ml lauwarmes Wasser	1 EL fruchtiger Balsamico-Essig
650 g glutenfreies Hafermehl aus kontrollierter Produktion	Etwas glutenfreies Hafermehl für das Gärkörbchen und zum Bestäuben
550 ml lauwarmes Wasser	

1. Die zerbröckelte Hefe mit 100 ml lauwarmem Wasser in einer kleinen Schüssel verrühren, bis sie sich aufgelöst hat. Diesen Vorteig mit etwas glutenfreiem Hafermehl bestäuben und abgedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen.
2. Währenddessen in einer großen Schüssel das glutenfreie Hafermehl mit Salz, 550 ml lauwarmem Wasser und dem Balsamico-Essig vermengen. Den Vorteig dazugeben und mit den Händen oder in einer Küchenmaschine kräftig zu einem glatten Teig verkneten.

3. Mit einem Küchentuch abgedeckt ca. 1 Stunde 30 Minuten ruhen lassen. Zwischendurch den Teig jeweils nach 30 Minuten falten. Dazu den Teig mit leicht angefeuchteten Händen aus der Schüssel anheben, zur Mitte gefaltet zurücklegen, wieder abdecken und weiter gehen lassen.
4. Anschließend den Teig in ein großes luftdicht verschließbares Gefäß geben und 24 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.
5. Das Gärkörbchen **großzügig** bemehlen, den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, länglich in der Größe des Gärkörbchens formen und ebenfalls bemehlen. Mit der glatten Seite nach unten in das Gärkörbchen legen und mit einem Küchentuch abgedeckt für ca. 1 Stunde 30 Minuten ruhen lassen.
6. Währenddessen den Backofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine ofenfeste, flache Schale mit Wasser auf den Backofenboden stellen.
7. Das Brot auf ein mit Backpapier belegtes Blech stürzen und auf mittlerer Schiene ca. 1 Stunde 30 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten (plus Geh-, Gär- und Backzeit)

## **Dinkelkrustenbrot**

15 g frische Hefe	100 g flüssiger Natursauerteig
100 ml warmes Wasser	
1 Prise Zucker	10 g Salz
100 g Weizenmehl (Type 1050)	350 ml warmes Wasser
650 g Dinkelvollkornmehl	Weizenmehl (Type 1050) für das Gärkörbchen

1. Die zerbröckelte Hefe in 100 ml warmem Wasser mit 1 Prise Zucker in einer kleinen Schüssel verrühren, bis sie sich aufgelöst hat. Diesen Vorteig mit etwas Weizenmehl bestäuben und abgedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen.
2. Währenddessen in einer großen Schüssel beide Mehlsorten mit dem Natursauerteig, Salz und 350 ml warmem Wasser vermengen. Den Vorteig hinzufügen und den Teig in einer Küchenmaschine oder mit den Händen kräftig zu einem glatten Teig verkneten.
3. Anschließend mit einem Küchentuch abgedeckt ca. 1 Stunde 30 Minuten ruhen lassen. Zwischendurch den Teig jeweils nach 30 Minuten falten. Dazu den Teig mit leicht angefeuchteten Händen aus der Schüssel anheben, zur Mitte gefaltet zurücklegen, wieder abdecken und weiter gehen lassen.

4. Das Gärkörbchen mit Weizenmehl **großzügig** bemehlen. Den Teig aus der Schüssel nehmen, länglich formen und ebenfalls bemehlen. Mit der glatten Seite nach unten in das Gärkörbchen legen und mit einem Küchentuch abgedeckt 24 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Anschließend den Gärkorb aus dem Kühlschrank nehmen und den Teig nochmal für ca. 1 Stunde 30 Minuten mit einem Küchentuch abgedeckt ruhen lassen.
5. Währenddessen den Backofen auf 230 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine ofenfeste, flache Schale mit Wasser in den Backofen stellen.
6. Das Brot auf ein mit Backpapier belegtes Blech stürzen und auf mittlerer Schiene 60-70 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten (plus Geh-, Gär- und Backzeit)

Rezepte:

Genehmigtes Abdruckrecht für Tchibo GmbH

© 2026 Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

Alle Rechte vorbehalten

Made exclusively for: Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany