

## Dinkel-Joghurt-Brot mit Chia

Grundrezeptur ergibt drei Brote zu ca. 500 g

Vorteig TA190	kg	0,963
Dinkelvollkornmehl	kg	0,500
Wasser	kg	0,450
Hefe	kg	0,013
Mehlkochstück TA500	kg	0,125
Dinkelmehl Type 630	kg	0,025
Wasser (kalt)	kg	0,100
Dinkelmehl Type 630 oder 1050	kg	0,475
Pflanzenöl oder Butter	kg	0,020
Salz	kg	0,023
Flohsamenschalen	kg	0,012
Chiasamen	kg	0,035
Honig	kg	0,030
Joghurt Natur (zimmerwarm)	kg	0,250
Wasser (laumwarm) ca.	kg	0,030

**Vorteig:** Zutaten ca. 3 Min verkneten, ca. 2 Std. ca. 23-25° (oder über Nacht in der Kühlung) abgedeckt reifen lassen.

**Mehlkochstück:** Stehzeit ca. 1-2 Std. - muss wieder abkühlen (Mehl und Wasser 1:4 = TA 500) Zutaten mit Schneebesen verrühren, unter Rühren kurz aufkochen bis die Stärke gut verkleistert ist. Vom Herd nehmen, nochmals durchrühren und abgedeckt abkühlen lassen.

**Teigzubereitung:** Alle Zutaten vermischen und verkneten, incl. Vorteig und Mehlkochstück.

**Knetzeit:** 5-7 Min. langsam und ca. 1 Min. etwas schneller kneten

**Teigtemperatur:** ca. 24-25°C wären optimal

**Teigruhe:** ca. 60 Min. – nach ca. 40 Min. 1-2x aufziehen/falten

**Aufarbeiten:** Teig in 3 Stücke teilen, wirken und langformen. Mit dem Schluss nach unten in eine gefettet Backform (ca. 1/2 voll) legen. Teigoberfläche befeuchten, evtl. mit Chiasamen od. Flocken bestreuen, leicht andrücken.

**Stückgare:** ca. 60-90 Min. – bis zur knapp voller Gare, Teigoberfläche befeuchten.

**Backen:** Backofen mit Backblech vorheizen auf 250°C - mit Schwaden anbacken - ca. 15 Min. voller Temperatur backen. Nach 20 Min. Schwaden ablassen (Ofentüre kurz öffnen), Temperatur reduzieren auf ca. 190-200°C und weitere 30 Min. backen.

**Backzeit gesamt:** ca. 50 Min

(Für eine bessere Krustenbildung das Brot kurz vor Ende der Backzeit aus der Form nehmen, mit Wasser abstreichen od. einsprühen und ohne Form zu Ende backen, evtl auf Umluft umschalten.)

