

Dinkelbrot zum Anrühren

Grundrezeptur ergibt 2 Brote á 1000g

Saaten-Quellstück	kg	0,240
Sonnenblumenkerne	kg	0,040
Leinsamen	kg	0,040
Vollkornsesam	kg	0,040
Wasser (heiß)	kg	0,120
Dinkelvollkornmehl	kg	1,000
Naturjoghurt oder Buttermilch	kg	0,200
Pflanzenöl	kg	0,040
Akazienhonig oder Zuckerrübensirup	kg	0,040
Salz	kg	0,026
-		
Hefe	kg	0,040
Wasser (+/- ca. 30°C)	kg	0,700

Herstellung Quellstück: Vor der Teigbereitung ½ Stunde bei Raumtemperatur quellen lassen
Herstellung Hauptteig: Alle Zutaten, außer Hefe und Wasser in eine Rührschüssel wiegen. Hefe im Wasser auflösen, über die Zutaten schütten, alles mit einem Holzlöffel kräftig mischen und 3-4 Minuten kneten bzw. wie Spätzleteig schlagen. Sinnvolle Rezepturmenge ist eine 0,5-fache (aus 500g Mehl), was ein Brot ergibt.

Durchführung: Den Teig bei Raumtemperatur in der Schüssel ca. ½ Stunde ruhen lassen.

Anschließend den Teig nochmals mit dem Rührlöffel kräftig durchmischen und direkt danach in eine leicht gefettete, ggf. mit Saaten ausgestreute Backform (Kastenform 230 x 110 x 95, Art-Nr. 08167) einschütten. Mit feuchten Händen den Teig in der Form glatt drücken und danach ggf. mit Saatenmischung (Sonnenblumenkerne, Leinsaat, Sesam) abstreuen. Wenn man die Saaten etwas andrückt, bleiben sie nach dem Backen besser haften.

Endgarzeit: in der Form ca. 20 Minuten, abgedeckt bei Raumtemperatur.

Vorbereitung zum Backen: Vor dem Einschieben in den vorgeheizten Ofen den Teig längs, mittels einer mit Wasser befeuchteten Schere einschneiden. Das hilft, dass der Ofentrieb den Teig in der Mitte hochwölbt und das Brot nicht seitlich reißt.

Backzeit: ca. 55 Minuten im Umluftofen, durchgehend bei ca. 190° C

Brot nach dem Backen direkt aus der Form stürzen und auf einem Rost abkühlen lassen.