



VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

# Dinkelbrötchen mit Hefewasser



## ZUTATEN:

- 550 g Dinkelmehl Type 630
- 100 g Dinkelvollkornmehl oder Dinkelvollkornschrot fein
- 210 g Wasser
- 210 g Hefewasser
- 15 g Salz

## ZUBEREITUNG:

Alle Zutaten miteinander vermischen. Das Wasser sollte 30° haben. Falls das Hefewasser aus dem Kühlschrank kommt, kann das Wasser auch 40-45° Grad haben.

Den Teig in eine geölte Wanne oder Form geben und dann 20h bei Raumtemperatur (20-24° Grad) ruhen lassen. Dabei 4 mal insgesamt einen „Stretch and Fold“ machen. Heißt alle vier Seiten jeweils nach oben ziehen und dann einschlagen. Dann noch einen „Coil Fold“ machen: Teig anheben und dann die Unterseiten einklappen.

**Mein Tipp:** Macht dies immer mit angefeuchteten Händen.

Nach der Ruhezeit den Teig halbieren und dann die Stränge in jeweils gleich große Stücke teilen und direkt auf ein Backblech mit Backpapier legen oder auf einen Schieber, wenn Ihr z.B. mit einem Backstahl backt. Jetzt noch einmal abgedeckt 30 Minuten gehen lassen.



VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

# Dinkelbrötchen mit Hefewasser



## ZUBEREITUNG:

Eine weitere Variante, für noch hübschere Brötchen, ist diese:

Schlagt sie mit etwas Mehl ein und legt sie dann mit dem Schluss nach unten auf ein mit Grieß bestreutes Gärtuch.

Vor dem Backen müsst Ihr sie dann drehen, damit Euch der Schluss beim Backen schön aufreißt und dann superknusprig wird. Diese Variante lasst Ihr dann nochmal abgedeckt für Ih gehen.

Anschließend backt Ihr die Brötchen für 16 Minuten bei 240° Ober-/Unterhitze. Wenn Ihr einen Backstahl verwendet, solltet Ihr Euren Ofen 1-1,5h vorher aufheizen.

Die Brötchen backt Ihr mit Dampf.

**Mein Tipp:** Ihr heizt den Ofen zusammen mit einer alten Backform oder Auflaufform vor. In das Gefäß gebt ihr Lavasteine, Saunasteine, oder einfach saubere Stahlschrauben. Beim Einschließen gebt Ihr dann 80ml Wasser in Eure Form mithilfe einer Spritze oder einer kleinen Gießkanne.

