



VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

Dinkelvollkornschrötbrot



ZUBEREITUNG:

Für das Brühstück das Wasser aufkochen und sofort mit dem Dinkelvollkornschrötbrot und dem Salz vermengen. Für 3h abgedeckt auskühlen lassen.

Für den Autolyseteig das Mehl und das Wasser miteinander vermengen und ebenfalls abgedeckt bei Raumtemperatur 3h stehen lassen. Das Wasser muss nicht heiß sein.

ZUTATEN: (für 2 Brote)

Brühstück:

250 g Dinkelvollkornschrötbrot, fein
500 g Wasser, kochend
16 g Salz

Autolyseteig:

60 g Dinkelmehl
60 g Wasser, ca. 20°

Hauptteig:

350 g Dinkelvollkornschrötbrot, fein
15 g Hefe
20 g Honig (oder Rübensirup oder oder...)
5 g Backmalz (oder Zucker)

Finish:

Sonnenblumenkerne
(oder andere Saaten nach Belieben)



VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

Dinkelvollkornschrotbrot



ZUBEREITUNG:

Nach der Ruhezeit beide Vorteige mit den restlichen Zutaten in die Maschine geben und für 10 Minuten im langsamen und 2 Minuten im schnellen Gang vermengen. Alternativ 15 Minuten von Hand.

Nun alles abgedeckt für 30 Minuten ruhen lassen.

Anschließend den Teig in zwei gleichgroße Stücke teilen und beide rund wirken. Dann leicht länglich formen und die Oberfläche der Brote mit Wasser anfeuchten und in Sonnenblumenkernen wälzen.

Jetzt die Brote in zwei gefettete Backformen geben und für 1-3h anspringen lassen.

Tipp: Abhängig von Luftfeuchtigkeit und Raumtemperatur. Das Volumen sollte um etwa 2/3 zugenommen haben. Währenddessen den Ofen auf 240° Ober-Unterhitze vorheizen mit einer Schale mit Saunasteinen oder sauberen Muttern oder Schrauben.

Vor dem Backen die Brote einmal der Länge nach einschneiden und dann in den Ofen geben. Beim Einschießen etwa 70ml Wasser auf die Saunasteine geben für den Dampf und sofort die Temperatur auf 210° zurückdrehen. Die Brote für etwa 40-50 Min backen. Nach 10 Minuten nach dem Einschießen die Ofentüre einen Spalt für 2 Minuten öffnen und den Wasserdampf entweichen lassen.

Nach dem Backen die Brote sofort aus der Form nehmen und auskühlen lassen.