



VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

Schwäbische Dinnete



ZUTATEN

1000 g Dinkelmehl Type 630
700 g Wasser
5 g Hefe
20 g Salz
20 g Olivenöl
10 g Optional:
Backmalz oder Honig

Für den klassischen Belag:
Schmand
Zwiebeln
Speck

ZUBEREITUNG (1/2):

Zubereitungszeit: ca. 20-30 Min. | **Gehzeit:** ca. 15 Std. - 21 Std. inkl. Über-Nacht-Gare | **Backzeit:** ca. 10-12 Min.

| **Gesamtzeit:** ca. ca. 15-22 Std. inklusive Übernachtgare

1. Autolyse vorbereiten

Dinkelmehl und Wasser miteinander vermischen und den Teig anschließend etwa 20-30 Minuten ruhen lassen. Diese Ruhephase nennt man Autolyse.

2. Teig kneten

Nach der Autolyse Salz, frische Hefe und Olivenöl zum Teig geben (und ggf. den Honig).

Den Teig zunächst etwa 4 Minuten langsam und anschließend noch einmal 1-2 Minuten schnell kneten.



VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

Schwäbische Dinnete

ZUBEREITUNG (2/2):

3. Teig ruhen lassen

Den Teig anschließend 30–45 Minuten ruhen lassen und währenddessen einmal dehnen und falten.

4. Über Nacht reifen lassen

Jetzt bekommt der Teig Zeit: Für 12–18 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.

Durch die lange kalte Gare entwickelt der Teig deutlich mehr Aroma, lässt sich später besser verarbeiten und bekommt eine schöne saftige Krume.

5. Dinnete formen

Den Teig am nächsten Tag aus dem Kühlschrank nehmen und etwa 45 Minuten akklimatisieren lassen.

Anschließend in ungefähr 200 g schwere Teiglinge teilen, LEICHT rund wirken und zu länglichen Fladen drücken.

6. Belegen

Klassisch werden die Dinnete mit Schmand, Zwiebeln und Speck belegt.

Natürlich könnt ihr beim Belag kreativ werden. Wichtig ist nur: Nicht zu dick belegen, damit der Teig schön durchbacken kann.

7. Backen

Den Backofen zusammen mit einem Backstahl oder Pizzastein auf 250 °C vorheizen.

Die Dinnete anschließend etwa 10–12 Minuten backen, bis sie schön goldbraun und knusprig sind.

