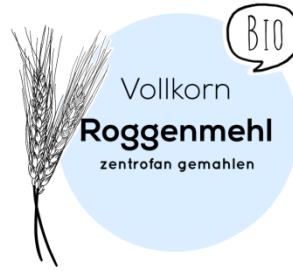


Dinkelmischbrot

Ein Gärkörbchen für 1kg Brot gut ausmehlen



Menge:	Zutaten:	Zubereitung:
350 g	Roggenvollkornmehl, zentrofan-gemahlen	<ul style="list-style-type: none"> • Alle Zutaten in eine Rührschüssel wiegen und mit dem Handrührgerät und Knethaken (oder einer Küchenmaschine) zu einem gleichmäßigen Teig verarbeiten. Der Teig darf ruhig ein paar Minuten durchgeknetet werden. • Anschließend den Teig von Hand kneten, er soll nicht mehr kleben. • Den Teig so formen, dass er das Gär-körbchen gut füllt – und dann locker in das Gärkörbchen geben. • Das Gärkörbchen mit einem Geschirrtuch abdecken und den Teig mindestens eine Stunde lang ruhen lassen – dabei verdoppelt sich die Teigmenge. Die Ruhezeit hängt von der Raumtemperatur ab und kann ggf. auch etwa länger dauern. • In der Ruhezeit das Backrohr auf 250°C, Ober- und Unterhitze vorheizen. • Den Teig anschließend auf ein Backblech stürzen (Backpapier). • Ins Backrohr schieben – zusätzlich ein hitzebeständiges Gefäß mit Wasser ins Backrohr stellen – dies fördert durch die Dampfbildung die Feinporigkeit. • Das Brot 10 Minuten bei 250°C backen, dann auf 220°C zurückschalten und weitere 25-30 Minuten fertigbacken. • auf einem Gitter auskühlen lassen. • Das Brot schmeckt am nächsten Tag am besten und ist mindestens 5 Tage lang haltbar.
400 g	Dinkelvollkornmehl, zentrofan-gemahlen	
100 g	Sauerteig	
½ Würfel	Hefe	
4 TL	Salz	
1 TL	Anis	
1 TL	Koriander	
1 TL	gem. Kümmel	
½ l	Wasser	
1 TL	Honig	



BIOHOF
Fischer-Jüttlinger

Tipp: Man kann dem Teig noch - je nach Geschmack Walnüsse oder Kerne untermengen