Rezept

Dinkelsauerteigbrot

Ein Rezept von Dinkelsauerteigbrot, am 29.04.2024

Zutaten

500 g	Dinkelkörner
75 g	Zuckerrübensirup
325 ml	Wasser
50 g	Dinkelsauerteig
	Mehl zum Arbeiten
	Dinkelmehl zum Bestreuen
2 l	Wasser
20 g	Hefe (ca. 1/2 Würfel)
500 g	Dinkelmehl (Type 630)
10 g	Salz (ca. 2 TL)
	Backpapier für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Brote (à 350 g) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Für die Körnereinlage die Dinkelkörner in einem Topf mit dem Wasser aufkochen und bei kleiner Hitze ca. 10 Min. kochen lassen, dabei zwischendurch immer wieder umrühren. Danach die Körner in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. In einer Schüssel mit dem Sirup mischen und vollständig abkühlen lassen.

2. Für den Teig die Hefe in dem lauwarmen Wasser auflösen. Das Mehl zugeben und unterarbeiten. Danach den Dinkelsauerteig und zum Schluss das Salz zufügen. Den Teig 8 Min. in der Küchenmaschine (4 Min. auf langsamer, 4 Min. auf schneller Stufe) oder von Hand kneten. Zum Schluss die Körner-Sirup-Mischung unterarbeiten.

3. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 20 Min. abgedeckt bei Zimmertemperatur gehen lassen. Zwischendurch den Teig ein- bis zweimal rund wirken, damit er eine wollige Struktur bekommt.

4. Den Teig halbieren und aus den Teigstücken zwei runde Laibe formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit etwas Dinkelmehl bestreuen. Noch einmal 20-30 Min. abgedeckt bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

5. Inzwischen den Backofen auf 250° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen und die Brote im heißen Ofen (Mitte) 10 Min. anbacken. Danach die Temperatur auf 210° herunterregeln und die Brote in 30-35 Min. kross backen.