

Rezept

Dinkel-Malzbrot

Ein Rezept von Dinkel-Malzbrot, am 05.12.2025

Zutaten

| | | | |
|------------------|---|-----------------|---------------------|
| 250 g | Dinkelmehl (Type 630) | 250 g | Vollkorn-Dinkelmehl |
| 100 g | Haferflocken (nach Belieben zarte oder kernige) | | Salz |
| 250 ml | Malzbier | ½ Würfel | frische Hefe (21 g) |
| Außerdem: | | | |
| | Kastenform (30 cm lang) | | Butter für die Form |
| ca. 4 EL | Haferflocken für die Form | | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (ca. 24 Scheiben) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min
Pro Portion Ca. 105 kcal, 1 g F, 4 g EW, 19 g KH

Zubereitung

1. Beide Mehlsorten, Haferflocken und 2 TL Salz in einer Schüssel sorgfältig mischen. Die Hefe und das Malzbier mit 250 ml lauwarmem Wasser verrühren. Die Hefe- zur Mehlmischung geben und alles ca. 5 Min. mit den Knethaken des Handrührgeräts oder in der Küchenmaschine verkneten.
2. Die Kastenform gut mit Butter fetten und mit Haferflocken ausstreuen. Den Teig in die Form füllen und glatt streichen. Die Kastenform auf einen Ofenrost in den kalten Backofen (2. Schiene von unten) schieben und eine ofenfeste Schale mit Wasser auf den Ofenboden stellen.
3. Den Ofen auf 190° (Ober-/Unterhitze) einschalten und das Brot 1 Std. 10 Min. backen. Die Schale mit dem Wasser aus dem Ofen entfernen. Das Dinkel-Malzbrot aus der Form stürzen und ohne diese in weiteren 10 Min. fertig backen. Die Klopfprobe machen, das Brot bei Bedarf noch 5-10 Min. weiterbacken. Das fertige Brot auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.