

Bio dunkles UrDinkelbrot

Haushaltsrezept



Vor- und Zubereitung: ca. 15min

Aufgehen lassen: ca. 2Std

Backen: ca. 35min

Für zwei dunkle UrDinkelbrote oder Brötli:

300g Bio UrDinkel Ruchmehl

200g Bio UrDinkel Weissmehl

10g Salz

3dl Wasser

½ Würfel Bio Hefe oder ½ Packung Trockenhefe



Zubereitung:

Das Salz zum Mehl geben. Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen. Rasch zu einem weichen glatten Teig kneten. Teig mit feuchtem Tuch zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1.5Std aufs Doppelte aufgehen lassen.

Teig in zwei Portionen teilen und mit bemehlten Händen zu länglichen Broten oder Brötchen formen.

Weitere ca. 30 Minuten aufgehen lassen. Ofen auf 220°C vorheizen.

Vor dem Backen mit dem Messer einschneiden. In der unteren Ofenhälfte backen bei 200°C.

Zubereitung mit der Knetmaschine:

Hefe zerbröckeln und zum Mehl geben, Wasser kalt dazu schütten. Anleitung gemäss Maschine.