



Dinkelbrot



1 Kastenform
+ 6 Muffinförmchen



10 min zubereiten
20 min gehen lassen
1 h backen



backen

ZUTATEN

für den Teig

500 ml warmes Wasser
1 Würfel frische Hefe
1 TL Salz
3 EL Apfelessig
250 g Dinkelvollkornmehl
250 g Dinkelmehl
200 g Nüsse und Kerne

zum Bestreuen

Haferflocken
Leinsamen
Sesam

ZUBEREITUNG

Das warme Wasser in eine Rührschüssel geben, die Hefe reinbröseln, Salz und Essig dazugeben und alles verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat.

Das Mehl in die Schüssel sieben und mit den Knethaken verrühren, bis eine schöne Teigmasse entsteht. Dann die Nüsse in den Teig unterheben.

Den Teig in die Formen verteilen, mit einem feuchten Küchentuch abdecken und den Teig bei Zimmertemperatur 20 min gehen lassen.

Ofen vorheizen, Umluft 200°

Wenn der Teig schön aufgegangen ist, nach Belieben mit Haferflocken, Leinsamen und/oder Sesam bestreuen.

Die Formen auf den Backrost geben und in den Ofen schieben. Die Muffinförmchen brauchen etwa 30 min und die Kastenform 1 Stunde Backzeit.

Wenn das Brot fertig gebacken ist aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

NOTIZEN

Bei den Nüssen und Kernen passen Walnüsse, Mandeln, Haselnüsse und Sonnenblumenkerne.

Das Brot aus der Kastenform kann man super in Scheiben geschnitten einfrieren und dann im Toaster auftauen.