

## Khorasan-Dinkelinchen

### Zutaten

#### Vorteig

**250g** Dinkelmehl Typ 630

**259ml** Apfelsaft

**5g** Hefe, frisch

**350g** Khorasan Vollkornmehl „extrafein“

**5g** Flohsamenschale, gemahlen

**295ml** Buttermilch, lauwarm

**50g** Sauerteig oder Lievito Madre aus dem Kühlschrank

**7g** Agavendicksaft oder Honig

**12g** Salz

**15g** Öl



### Zubereitung

- Zutaten für den Vorteig zusammenrühren und **2 - 4 Std** bei ca. 23°C gehen lassen
- Khorasanmehl, mit den Flohsamenschale in eine Schüssel geben und vermischen
- Vorteig, Buttermilch, Sauerteig + Agavendicksaft zugeben und **5 Min** langsam kneten
- Salz zugeben und weitere **3 Min** langsam kneten
  
- Öl zugeben und solange kneten bis es sich komplett mit dem Teig verbunden hat
- In eine geölte Schüssel geben und von allen Seiten zur gegenüberliegenden Seite dehnen und falten
- **1 Std bei ca. 23°C** gehen lassen + nach jeweils **1/2 Std** nochmals dehnen und falten
- Den Teig in zwei gleiche Stücke teilen und jeweils zu einem länglichen Laib formen
- Die Teiglinge in zwei bemehlte Gärkorbchen legen. Die Oberfläche leicht bemehlen und abgedeckt für **12 Std** im Kühlschrank bei **ca. 5°C** langsam gehen lassen

- Den Backofen mit einem Backblech auf **240°C** aufheizen
- Die Teiglinge direkt aus dem Kühlschrank nebeneinander auf das heiße Backblech stürzen und mit einem scharfen Messer einschneiden
- **10 Min** mit Dampf anbacken
- Temperatur auf **200°C** reduzieren und weitere **30 - 35 Minuten** fertig backen

Tipp: für das Kneten brauchst du nicht unbedingt eine Küchenmaschine. Das geht sehr gut auch von Hand