

Wildbakers-Gartenschaubrot

Zutaten für 2 Brote in der Profibackform

Sauerteig

150g	Dinkel Vollkornmehl „extrafein“
15 g	Anstellgut
150ml	Wasser

Quellstück

75g	Sesam
75g	Urkornflocken-Mischung
225 ml	Wasser

Hauptteig

300g	Dinkelmehl Typ 630
150g	Einkorn Vollkornmehl „extrafein“
150g	Emmer Vollkornmehl „extrafein“
18g	Salz
8g	Sesamöl
8g	Koriander, gemahlen
8g	Hefe
300 ml	Wasser



Zubereitung

Sauerteig

- Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit dem Wasser gut vermischen. Das ideale Wassertemperatur ist **40°C**
- Den Sauerteig an einem warmen Ort mindestens **16 Stunden** reifen lassen

Quellstück

- Sesam in der Pfanne ohne Fett rösten, bis er duftet. Flocken zugeben und ebenfalls leicht rösten.
- Mit dem Wasser ablöschen
- Mindestens **2 Stunden** quellen lassen (besser ist es, das Quellstück auch schon am Vortag herzustellen)

Hauptteig

- Alle Zutaten zusammen in eine Knetschüssel geben und **ca. 8-10 Minuten** ganz langsam kneten
- Der Teig sollte schön glatt sein. Sollte dies nicht der Fall sein, noch etwas weiterkneten
- Die ideale Teigtemperatur ist **26°C**
- Den Teig in eine geölte Schüssel geben und von allen Seiten zur gegenüberliegenden Seite zusammenfalten
- **90 Minuten** abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen
- Die Backformen einfetten und mit Sesam ausstreuen
- Nun den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche geben und zuerst rundwirken und anschließend langrollen und in die Backform einlegen
- Abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen bis der Teig den oberen Rand der Form erreicht hat und sich leicht wölbt
- Backofen auf **230°C** vorheizen
- Die Backformen im unteren Drittel bei **230°C (O/U)** in den Backofen stellen
- Mit einer Sprühflasche ein paar Sprühstöße Wasser in den Backraum spritzen und Ofentüre sofort schließen und **15 Minuten** anbacken
- Temperatur auf **180°C** zurückdrehen und weitere **40 - 50 Minuten** fertig backen
- Brot aus der Form nehmen und vollständig auskühlen lassen