

Gelbmehl-Dinkel Vollkornbrot

Zutaten

für 2 Brote á TE 700

370 g	Gelbmehlweizen Vollkornmehl „extrafein“
250 g	Dinkel Vollkornmehl „extrafein“
8 g	Flohsamenschalen
250 g	Naturjoghurt 3,8%
395 ml	Milch
60 g	ASG (Anstellgut aus dem Kühlschrank)
6 g	Hefe, frisch
1 TL	Honig
15 g	Salz
30 g	Butter, weich in Stücken



Zubereitung

- Mehl mit Flohsamenschalen in ein Knetschüssel geben und vermischen
- Joghurt, Milch, ASG, Hefe und Honig zugeben und **3 Minuten** auf kleinster Stufe verkneten
- **30 Minuten** quellen lassen
- Salz zugeben und **5 Minuten** auf langsamster Stufe kneten
- Butter zugeben und weiterkneten bis sie sich vollständig mit dem Teig verbunden hat
- Den Teig in eine leicht geölte Schüssel geben und mehrfach zusammenfalten
- abgedeckt **5 Stunden** bei Raumtemperatur (**ca. 22°C**) gehen lassen
- nach **1 Stunde und 2 Stunden** den Teig nochmals dehnen und falten
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in zwei Stücke á ca 700g teilen
- Jedes Teigstück zuerst zu einer Kugel formen
- **2** bemehlte längliche Gärkorbchen gut bemehlen
- die Teigstücke lang wirken und in die bemehlten Gärkorbchen geben und die Oberfläche leicht bemehlen

- **1 Stunde** bei Raumtemperatur (**22°C**) gehen lassen. An der bemehlten Teigoberfläche kannst du nun deutliche Risse erkennen
- Mit dem Fingertest kannst du zusätzlich prüfen, ob der Teig fertig für den Ofen ist
- Den Ofen rechtzeitig auf **250°C (O/U)** aufheizen
- Ein Backblech im Ofen mit aufheizen
- Die Teiglinge vorsichtig auf das heiße Backblech kippen und mit einem Messer oder Rasierklinge einschneiden
- Den Backofen schwaden (mit einer Sprühflasche mehrere Sprühstöße Wasser in den Ofenraum spritzen)
- Ofentüre sofort schließen und für **20 Minuten** heiß anbacken
- Nach **20 Minuten** die Ofentüre öffnen und den Dampf entweichen lassen
- Temperatur auf **200°C** reduzieren und weitere **30 - 40 Minuten** fertig backen
- Ofen aus dem Ofen nehmen und auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen