URKORN PURISTEN
Wir vertrauen der Natur!

Brot Einkornliebe

Zutaten

200g	Lievito Madre (4 Std. zuvor aufgefrischt)
20g	Altbrot, gemahlen (vorzugsweise Einkorn)
70ml	Wasser
7g	Flohsamenschale
180ml	Wasser
400g	Einkorn Vollkornmehl „extrafein“
200ml	Buttermilch
2g	Hefe
10g	Honig
12g	Salz
12g	Öl

Zubereitung

- **20g** gemahlenes Altbrot mit **70 ml** kochendem Wasser übergießen und **20 Min.** quellen lassen
- **7 g** Flohsamenschale mit **180 ml** Wasser mischen und **20 Min** quellen lassen
- **200g** Lievito Madre und Hefe mit der Buttermilch, Honig, dem Altbrot- und Flohsamenquellstück homogen vermischen
- Einkorn Vollkornmehl zugeben und **2 Min** verkneten
- Salz zugeben und komplett unterkneten
- Öl zugeben und so lange kneten, bis es komplett vom Teig aufgenommen wurde.
- Den Teig in der Knetschüssel **45 Min** bei Raumtemperatur **(ca. 23°C)** gehen lassen
- Auf eine gut bemehlte Fläche kippen, mit Hilfe einer Teigkarte rundformen und in ein gut bemehltes Gärkörbchen legen
- Abdeckt für **12 Std** in den Kühlschrank stellen
- Ofen auf **250°C** aufheizen
- Teigling auf ein Backblech kippen und **15 Min** mit Dampf anbacken. Ofentemperatur auf **210°C** reduzieren und weitere **40 - 45 Min** fertig backen

***Lievito Madre auffrischen: 100 g** Lievito Madre mit **50ml** Wasser mischen. **100g** Einkorn Vollkornmehl "extrafein" zugeben und **4 Stunden** warm **(ca. 30°C)** gehen lassen. Der Lievito Madre sollte sich in dieser Zeit verdoppelt haben*