

Dinkelbrot 50% Vollkorn

Zutaten

		Quellstück
150 ml	Wasser	
5 g	Flohsamenschale	
		Hauptteig
155 g	Quellstück	
150 ml	Wasser	
250 ml	Buttermilch	
5 g	Hefe	
60 g	Lievito Madre (oder Sauerteig) aus dem Kühlschrank	
15 g	Salz	
25 g	Öl	
300 g	Dinkelmehl Typ 630	
300 g	Urdinkel BlueVelvet Vollkornmehl „extrafein“	



Zubereitung

Quellstück

- Die Zutaten für das Quellstück verrühren und **20 Minuten** quellen lassen.

Hauptteig

- Wasser, Buttermilch, Hefe und Lievito Madre verrühren.
- Mehl und Quellstück hinzufügen und mit der Hand verkneten. Den Teig **10 Minuten** quellen lassen.
- Salz hinzufügen und gut unterkneten.
- Öl hinzufügen und weiterkneten, bis es vollständig vom Teig aufgenommen wurde.

- Den Teig mit nassen Händen mehrfach von allen Seiten zusammenfalten, um ihn fester und stabiler zu machen.
- Den Teig in eine mit Öl ausgepinselte Schüssel legen und **20 Minuten** gehen lassen.
- Den Teig erneut von allen Seiten mehrfach zusammenfalten.
- Den Teig wieder in die Schüssel geben, abdecken und **ca. 12 Stunden** im Kühlschrank ruhen lassen.
- Am nächsten Tag den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einer Kugel formen.
- Den Teigling unter Spannung rund formen und in ein bemehltes Gärkörbchen legen.
- Ca. **1,5 Stunden** bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Heize einen gusseisernen Topf mit Deckel im Ofen auf 240°C vor.
- Den Teigling in den heißen Topf geben und mit einem scharfen Messer etwa 1-2 cm tief einschneiden.
- Den Deckel auflegen und den Topf für **45-50 Minuten** bei 240°C backen.