

Urkornbrot mit Senf-Sesamkruste

Zutaten für 2 Personen

Vorteig

100 g	Emmer Vollkornmehl „extrafein“
100 ml	Wasser
2 g	Hefe

Quellstück

5 g	Flohsamenschalen
2 EL	Sesamsamen
200 ml	Wasser

Brühstück

50 g	Einkornflocken
100 ml	Wasser, kochend

Hauptteig

	Vorteig
	Quellstück
	Brühstück
200 g	Emmer Vollkornmehl „extrafein“
200 g	Khorasan Vollkornmehl „extrafein“
125 ml	Buttermilch
100-125ml	Wasser
1 EL	Lievito Madre aus dem Kühlschrank (kann auch weggelassen werden)
1 EL	Zuckerrübensirup
12 g	Salz
2 EL	Öl (20g)
40 g	Senf (mittelscharf)
außerdem	Sesam zum Bestreuen



Zubereitung

Vorteig

- die Zutaten für den Vorteig in eine Schüssel geben und verrühren
- **2 Stunden** bei Raumtemperatur gehen lassen

Quellstück

- die Zutaten für das Quellstück mit einem Schneebesen verquirlen und **2 Stunden** quellen lassen

Brühstück

- Einkornflocken in ein Schüssel geben und mit 100ml kochendem Wasser übergießen
- **2 Stunden** quellen und abkühlen lassen

Hauptteig

- Vorteig, Quellstück, Brühstück, Mehl, Buttermilch, 100ml Wasser, Zuckerrübensirup in eine Kneteschüssel geben und **5 Minuten** kneten
- Salz zugeben und ca. **2 Minuten** weiterkneten
- Öl und Senf zugeben unter weiterkneten, bis sich alles mit dem Teig verbunden hat
- den Teig in eine geölte Schüssel geben und mehrfach von allen Seiten zusammenfalten
- **30 Minuten** bei Raumtemperatur gehen lassen und nochmals dehnen und falten
- den Teig abgedeckt für **12 Stunden** in den Kühlschrank stellen
- aus dem Kühlschrank nehmen, auf eine bemehlte Arbeitsfläche kippen und in 2 gleiche Stücke teilen
- jeweils zu einem länglichen Laib zusammenfalten und in die beschichteten Profibackformen einlegen
(unbeschichtete Formen unbedingt einfetten und mit Sesam ausstreuen oder Dauerbackfolie "Backblume" einlegen)
- **30 - 45 Minuten** bei Raumtemperatur (ca. 24°C) gehen lassen
- Backofen mit Backblech auf 240°C (O/U) vorheizen
- Die Teiglinge mit einer Schere tief einschneiden und in den heißen Ofen stellen. Mit einer Sprühflasche mehrere Sprühstöße Wasser in den Ofenraum sprühen und Ofentüre sofort schließen
- Nach **15 Minuten** die Ofentüre öffnen, Dampf entweichen lassen und Temperatur auf 200°C reduzieren. Weitere **40-45 Minuten** fertig backen
- Brote aus dem Ofen und der Form nehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen

Tipp 1

für eine knackige Kruste kannst du das Brot die letzten 10 Minute der Backzeit ohne Form backen