

## Urkornbrot mit Senf-Sesamkruste

*Zutaten für 2 Personen*

### Vorteig

<b>100 g</b>	Emmer Vollkornmehl „extrafein“
<b>100 ml</b>	Wasser
<b>2 g</b>	Hefe

### Quellstück

<b>5 g</b>	Flohsamenschalen
<b>2 EL</b>	Sesamsamen
<b>200 ml</b>	Wasser

### Brühstück

<b>50 g</b>	Einkornflocken
<b>100 ml</b>	Wasser, kochend

### Hauptteig

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