DINKELBROT MIT KAROTTEN





* * * * 4.9 bei 98 Bewertungen











Zubereitung

- Für den Germteig (> Germteig 1×1 (https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/)) zuerst das Wasser in eine Rührschüssel geben. Anschließend die drei Mehle, Karottenraspel, Sonnenblumenkerne, Salz und Germ dazugeben. 5-10 Minuten lang zu einem glatten Teig kneten (es wird ein eher weicher Teig) und diesen ca. 20 Minuten zugedeckt rasten lassen.
- Anschließend nochmals durchkneten und zu zwei Brotlaiben formen. Die Brotlaibe ungefähr 10 Minuten gehen lassen. In der Zwischenzeit den Backofen auf 250 Grad (Heißluft) vorheizen.
- Die Brote rasch in den vorgeheizten Backofen geben und am besten mit viel Dampf backen.
- Nach 15 Minuten die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und die Brote ca. weitere 35 Minuten fertigbacken.



Zutaten

FÜR 2 BROTLAIBE

TEIG

650 g	lauwarmes Wasser
400 g	Dinkelvollkornmehl
300 g	Weizenbrotmehl
300 g	Roggenmehl
100 g	Karotten, fein gerieben
50 g	Sonnenblumenkerne
20 g	Salz
20 g	frische Germ