DINKELBROT MIT KAROTTEN

4.9 bei 101 Bewertungen

1 h 40 min | Germteig | Heißluft | 200 Grad | 50 min

Zubereitung

1. 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.

2. 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.

3. Die Brote rasch in den vorgeheizten Backofen geben und am besten mit viel Dampf backen.

4. 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