

EINFACHES DINKEL-VOLLKORNBROT



★★★★★ 5 bei 182 Bewertungen



Zubereitung

- 1** Für den Germteig (>Germteig 1x1
(<https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/>))
zuerst das Wasser in eine Rührschüssel geben.
Anschließend Mehl, Haferflocken, Sesam, Salz und Germ
dazugeben. 5-10 Minuten lang zu einem glatten Teig kneten
und diesen ca. 30 Minuten zugedeckt rasten lassen.
- 2** Danach nochmals kurz durchkneten (vorsichtig, denn der
Teig ist eher weich) und in eine eingefettete oder mit
Backpapier ausgelegte Kastenform füllen. Danach mit
Wasser besprühen und mit Sesam und Haferflocken
bestreuen.
- 3** Nun das Brot im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad für ca. 55
Minuten backen.
- 4** Anschließend das Brot gleich aus der Form nehmen, da es
sonst zu „schwitzen“ anfängt.

Zutaten

FÜR 1 KASTENFORM (25 CM)

TEIG

420 g	lauwarmes Wasser
500 g	Dinkelvollkornmehl
50 g	Haferflocken
30 g	Sesam
10 g	Salz
10 g	frische Germ

ZUM BESTREUEN

Sesam
Haferflocken