

gesunde Dinkel (10 Brötle)

Knetzeit: ca. 5 Minuten auf kleinster Stufe

Teigruhe nach dem Kneten: 30-60 Minuten

Gehzeit vor dem Backen: ca. 10 Minuten (Raumtemperatur)

Backzeit: ca. 15 Minuten bei 215°C Heißluft

ZUTATEN FÜR DEN TEIG:

320 g	lauwarmes Wasser
12 g	Salz
100 g	Dinkelvollkornmehl
400 g	Dinkelmehl fein (Type 700)
40 g	Butter
10 g	Backmalz
21 g	frische Hefe
	Optional 1 Msp. Acerolapulver oder Ascorbinsäure



ZUBEREITUNG :

1. Die Zutaten genau in die Rührschüssel abwiegen und dann für ca. 5 Minuten zusammenkneten.
2. Anschließend 30 – 60 Minuten zugedeckt rasten lassen.
3. Teig auf eine mit Roggenmehl bemehlte Arbeitsfläche geben und durch 10 gleich große Stücke teilen.
4. Diese der Reihe nach rundschleifen und kurz rasten lassen. Danach werden die Brötchen mit etwas Roggenmehl flach gedrückt und dann von mindestens 2 Seiten zusammengefaltet. Hier darf ruhig etwas Roggenmehl verwendet werden damit Ränder gibt. Beim „falten“ bzw. formen gibt es keine genaue Vorgabe denn umso wilder umso besser.
5. Backrohr auf 230 Grad Heißluft aufheizen, und beim einschieben der Brötle auf 215 Grad runter schalten. Mit viel Wasserdampf backen.

Viel Freude beim OAFACH NOCHBACKA!