



Rezepte zur Sendung vom 23. Juli 2016 Dinkelbrote

Dinkel-Kartoffelbrot

Brühstück

400 g Wasser
250 g Dinkelvollkornschrot

Für das Brühstück das Wasser aufkochen, über den Dinkelvollkornschrot gießen, vermischen und mit Frischhaltefolie abgedeckt 4 Stunden abstehen lassen.



Für den Brotteig

280 g Kartoffeln
600 g Dinkelmehl Type 630
15 g frische Hefe
2 Eigelb
10 g Zucker
22 g Salz
650 g Brühstück (siehe oben)
250 g Wasser aus dem Kühlschrank

zusätzlich:

etwas Speiseöl zum Ausfetten
etwas Dinkelmehl zum Bestäuben

Die Kartoffeln kochen (nicht zu weich), abschütteln, evtl. pellen und etwas abkühlen lassen.

Dinkelmehl, Hefe, Eigelbe, Zucker, Salz, gekochte Kartoffeln, das vorbereitete Brühstück und 250 g kaltes Wasser in einen Rührkessel geben und mit der Küchenmaschine ca. 8 Minuten langsam kneten bis sich ein glatter Teig gebildet hat. Wenn die Oberfläche des Teiges einen leichten Glanz bekommt und der Teig nicht mehr am Rührhaken klebt ist er fertig. Den Teig mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kessel 1 Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen.

Den geruhten Teig aufarbeiten und in 3-4 gleich große Stücke teilen. Die Stücke auf Spannung und in die gewünschte Form bringen. Ein Backblech mit Speiseöl bestreichen, darauf die Teigstücke setzen, mit Frischhaltefolie abdecken und über Nacht im Kühlschrank reifen lassen.

Den Backofen mit Backstein auf 250 Grad (Ober-Unterhitze) vorheizen. Ein Blechgefäß auf den Backofenboden stellen. Direkt vor dem Backen die Teigstücke mit Mehl bestäuben und mit einem Messer an der Oberfläche einschneiden. Die Teigstücke auf den Backstein im vorgeheizten Ofen setzen, das Blechgefäß mit ca. 150 ml Wasser füllen, den Ofen schließen und so 5 Minuten backen, dann die Temperatur auf 190 Grad stellen und die Brote weitere ca. 40 Minuten backen.

Wurzelsepp (Dinkel-Wurzelbrot)

Brühstück

100 g Dinkelschrot , grob
100 g Dinkelmehl Type 630
400 g Wasser

Für das Brühstück das Wasser aufkochen, über n Dinkelschrot und Dinkelmehl gießen, vermischen und mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank eine Nacht ziehen lassen.



Für den Teig

780 g Dinkelmehl Type 630
23 g Salz
80 g Sauerteig
25 g Honig
20 g Margarine
20 g Hefe
320 g kaltes Wasser
600 g Brühstück (siehe oben)

zusätzlich:

etwas Pflanzenöl zum Ausfetten

Dinkelmehl, Salz, Sauerteig, Honig, Margarine, Hefe, das Brühstück und 320g kaltes Wasser in einen Rührkessel geben und mit der Küchenmaschine ca. 10 Minuten langsam, dann 3 Minuten schnell kneten.

Eine Schüssel mit Pflanzenöl auspinseln, den frisch gekneteten Teig in die Schüssel geben. Sie sollte nur halbvoll sein, damit der Teig noch aufgehen kann.

Die Schüssel mit Frischhaltefolie abdecken und den Teig ca. 4 Stunden bei Raumtemperatur oder über Nacht im Kühlschrank reifen lassen.

Vor dem Backen den Backofen mit Backstein auf 230 Grad Ober-und Unterhitze vorheizen. Ein Blechgefäß auf den Backofenboden stellen.

Dann die Teigstücke abstechen und zu Stangen aufdrehen. Die fertigen Stangen auf ein mit Öl bestrichenes Backblech setzten.

Die Stangen vom Blech nehmen und direkt auf den Backstein setzen. Das Blechgefäß mit ca. 150 ml Wasser füllen, den Ofen schließen und die Brote ca. 25 Minuten backen.