




Körniges Mischbrot

Ein leckeres Vollkornbrot mit ganzen Dinkelkörnern und Roggenschrot.

etwa 20 Scheiben    etwas Übung erforderlich bis 20 Minuten



Zutaten:

Für die Kastenform (30 x 11 cm):

Fett
2 EL Roggenschrot

Hefeteig:

100 g Dinkelkörner
250 g Dinkelvollkornmehl
200 g Roggenmehl Type 1150
100 g Roggenschrot
1 Würfel Dr. Oetker Frische Hefe
2 TL Salz
2 EL Zuckerrübensirup
75 g fertiger Sauerteig
300 g Joghurt
100 ml warmes Wasser
100 g ganze Mandeln mit Schale

Zum Bestreuen:

1 EL Roggenschrot

1 Vorbereiten:

Dinkelkörner in Wasser in etwa 30 Min. gar kochen, dann auf einem Sieb abtropfen lassen.

2 Hefeteig:

Die beiden Sorten Mehl und Roggenschrot in eine Rührschüssel geben. Hefe daraufbröckeln. Die übrigen Zutaten, bis auf die Mandeln, dazugeben und alles mit einem Mixer (Knethaken) kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Min. zu einem Teig verkneten. Dann die Mandeln unterkneten. Den Teig an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Backform fetten und mit dem Roggenschrot austreuen. Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze etwa 220 °C
Heißluft etwa 200 °C



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

- 3 Den Teig mit dem Mixer (Knethaken) kurz durchkneten und in die Form geben. Mit dem Roggenschrot bestreuen und mit einem scharfen Messer ca. 2 cm tief einschneiden. Nochmal an einem warmen Ort gehen lassen, bis der Teig sich sichtbar vergrößert hat. Dann Form auf dem Rost in den Backofen schieben.

Einschub: unteres Drittel
Backzeit: etwa 10 Min.

Die Backtemperatur reduzieren und das Brot weiterbacken.

Ober-/Unterhitze etwa 180 °C
Heißluft etwa 160 °C
Backzeit: etwa 50 Min.

Das Brot aus der Kastenform auf einen Kuchenrost stürzen und erkalten lassen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Gekochte Dinkelkörner können auch eingefroren werden.
- Das Brot ist einfriergeeignet.

