Dinkelbrot

Zutaten

Für eine 30 cm Kastenform

- 250 g Dinkelmehl 630
- 250 g Dinkelmehl Vollkorn
- 11 g Salz
- 9 g Zucker
- 1 Pkg. Trockenhefe
- 3 g Brotgewürz
- 500 ml Wasser (lauwarm)
- 100 g Sonnenblumenkerne
- 50 g Kürbiskerne
- 30 g Leinsamen
- 20 g Chiasamen
- 15 g Flohsamen

Zubereitung

Die Mehle in eine große Rührschüssel sieben. Salz, Zucker, Hefe und das Brotgewürz hinzugeben und trocken gut vermischen. Das lauwarme Wasser hinzugeben, und mit einem Rührlöffel verrühren, bis kein trockenes Mehl mehr sichtbar ist. Zugedeckt an einem warmen Ort für eine Stunde gehen lassen.

In der Zwischenzeit ein Bogen Backpapier für die Kastenform zuschneiden und alle übrigen Zutaten auswiegen und in einer Schüssel mischen.

Nach dem Gehen die Saaten und Körner zum Teig geben und gut mit einem Rührlöffel unterrühren. Den Teig in die mit Backpapier ausgelegte Kastenform geben, und nochmals zugedeckt für 15-20 Minuten gehen lassen. Den Ofen auf 190°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Kastenform in den heißen Ofen geben, und ca. drei bis fünf Minuten backen. Anschließend zügig mit einer Wäschespritze Wasser auf das Brot sprühen und die Ofentür wieder schließen. Das Brot insgesamt für 50 bis 55 Minuten backen lassen.

Nachdem das Brot aus dem Ofen ist, die Kastenform und das Backpapier entfernen und das Brot anschließend auf einem Rost vollständig auskühlen lassen.