

mein Kochshowbrot



- gelingsicher und immer gut •

Zutaten

10g frische Hefe
460ml lauwarmes Wasser
1 TL Honig o. Zuckerrübensirup
300g Dinkelmehl, Type 630
200g Weizenmehl, Type 550
200g Roggenmehl, Type 1150
2 TL Salz
2 EL Rapsöl

Zubereitung

Hefe und Honig in Wasser auflösen.

Die restlichen Zutaten zugeben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. In einer Schüssel mit Deckel etwa 1,5 bis 2 Stunden gehen lassen.

Falten und dehnen, dann in den leicht gemehlten Ofenmeister legen. Die Oberfläche leicht mehlen und einschneiden. Deckel auflegen, auf den Rost in die untersten Schiene des vorgeheizten Backofens stellen und bei 230 Grad Ober- und Unterhitze 55 Minuten mit Deckel und dann weitere 5 - 10 Minuten ohne Deckel backen.

Variante:

Etwa ein Drittel des Wassers durch Malzbier, Pils oder Guinness ersetzen.