

DINKEL-EINKORN-VOLLKORNBROT

★★★★★ 4.9 bei 61 Bewertungen



Zubereitung

- 1** Für den Germteig ([> Germteig 1x1](https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/))
(<https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/>)
Wasser und Buttermilch in eine Rührschüssel geben. Die beiden Mehle, Salz und Germ dazugeben und zu einem weichen Germteig vermischen (dieser Teig muss nicht geknetet werden). Gut zugedeckt über Nacht (oder tagsüber) gehen lassen (8 bis max. 12h).
- 2** Den Teig danach einfach mit Hilfe einer Teigkarte in eine eingefettete oder mit Backpapier ausgelegte Kastenform füllen. Danach mit Wasser besprühen, mit Dinkelflocken und Sesam bestreuen und dann nochmal 10 Minuten gehen lassen.
- 3** Nun das Brot im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad Heißluft für ca. 50 Minuten am besten mit viel Dampf backen.

Zutaten

FÜR 1 KASTENFORM (25 CM)

TEIG

300 g	Wasser
100 g	Buttermilch
350 g	Dinkelvollkornmehl
150 g	Einkornvollkornmehl
10 g	Salz
3 g	frische Germ

ZUM BESTREUEN

Sesam und
Dinkelflocken