



Schnelles Dinkelbrot mit Kürbis- und Sonnenblumenkernen

Zutaten für 2 Brote à ca. 975 g:

375 g Dinkelvollkornmehl
750 g Dinkelmehl T 700
750 g/ml Wasser, lauwarm (ca. 30-35 °C)
15 g Germ
20 g Salz
1 EL Honig
1 EL Brotgewürz, geschrotet oder frisch gemahlen
20 g Butter, zimmerwarm
150 g Körner (Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, ...)

Zubereitung:

Körner in lauwarmem Wasser für ca. 30 Minuten einweichen, dann abtropfen lassen. Restliche Teig-Zutaten bis auf die Butter in der Küchenmaschine auf niedriger Stufe etwa 5 Minuten mischen, dann die weiche Butter und zuletzt die Körner zugeben und zu einem glatten Teig verkneten.

Teig in der Schüssel zugedeckt etwa 1-1,5 Stunden rasten lassen.

Teig nach der Rastzeit auf ein bemehltes Nudelbrett stürzen und halbieren. Jedes Teigstück zu einer Kugel wirken, Teiglinge auf ein Backpapier legen und nochmals etwa 10-15 Minuten rasten lassen. (Für Kastenbrote: Teig zuerst rundwirken, dann langwirken und in eine gut gefettete Kastenform legen und ebenfalls ca. 15 Minuten rasten lassen.)

Ofen mit Backblech auf 240 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Brote an der Oberfläche nach Wunsch einschneiden (zb. Rautenmuster) und mit dem Backpapier auf das heiße Blech ziehen bzw. die Kastenform in den Ofen stellen.

Backraum mit einigen Pumpstößen aus einer Sprühflasche oder mittels Dampfstoß schwaden und die Brote 10 Minuten anbacken. Dann die Temperatur auf 200 Grad zurückdrehen und weitere ca. 35 Minuten fertig backen. Das Brot ist fertig, wenn es eine Kerntemperatur von 95-97 °C erreicht hat.

Auf einen Gitterrost legen bzw. aus der Form stürzen und auskühlen lassen.