

# Ein flauschig luftiger Brottraum

aus 50% Dinkelvollkorn und 50% Dinkelmehl Type 630



Zutaten für 6 kleine Brote à 450 g:

**825 g Dinkelvollkornmehl** einige Stunden vorher gemahlen

**825 g Dinkelmehl Type 630**

**1323 g Wasser** (ergibt TA 180)

**33 g Salz**

Gemahlender **Kümmel und Koriander** nach Belieben

1. Vorteig am Abend:

**500 g Dinkelvollkornmehl**

**50 g Dinkelmehl Type 630**

**550 g Wasser** (ca 30°)

**55 g BackNatur Ferment** (auf Honig-Salz-Basis mit Dinkelmehl und Wasser)

Das Backferment in eine Schüssel geben und mit dem Wasser vermischen, dann das Mehl dazugeben und kurz zu einem glatten Teig verrühren. Schüssel mit Deckel oder Folie luftdicht verschließen, damit die Teigoberfläche nicht austrocknet und bei ca. 28° über Nacht (9 – 12 Stunden) fermentieren lassen.

Da Dinkelbrote meist eher trocken werden, habe ich versucht, so viel Wasser wie möglich in den Teig zu bringen und zwar mit einem Kleiebrühstück und einem Dinkelmehl-Kochstück.

Da ich vor hatte, bereits um 6 Uhr morgens den Hauptteig zu bereiten, habe ich das Brühstück und das Kochstück am Abend schon vorbereitet.

Wer den Hauptteig erst für 10 Uhr plant, kann sie auch am Morgen zubereiten, auskühlen lassen und dann zum Hauptteig geben.

## 2. Brühstück:

**56 g Kleie** aus dem restlichen Dinkelvollkornmehl ausgesiebt

**112 g Wasser** kochend über die Kleie gegeben und gut verrührt.

Zugedeckt abkühlen lassen und zum Hauptteig geben  
oder wie in meiner Planung über Nacht im Kühlschrank stehen lassen.

## 3. Dinkel-Kochstück:

Beim Kochstück kann eine relativ kleine Menge Mehl bis zu fünffach Wasser binden (wie beim Puddingkochen). Dafür habe ich 5% der Gesamtmehlmenge verwendet.

**80 g** von dem restlichen **gesiebten Dinkelvollkornmehl**

**400 g Wasser**

Das Mehl mit einem kleinen Teil des Wassers verrühren und das restliche Wasser zum Kochen bringen. Den Mehl-Wasser-Brei mit einem Schneebesen einrühren, so dass sich keine Klümpchen bilden und kurz aufkochen lassen. Dann in eine Schüssel füllen und mit einem passenden Zuschnitt aus Cellophanfolie oder Backpapier die Oberfläche direkt auf der Puddingmasse aufliegend bedecken, damit sich keine Haut bilden kann. Nach dem Auskühlen zum Hauptteig geben (oder in meinem Fall über Nacht in den Kühlschrank stellen).

## 4. Hauptteig am Morgen:

Brühstück und Kochstück etwa 2 Stunden vor der Hauptteigbereitung zubereiten und auskühlen lassen. (Falls über Nacht im Kühlschrank, 2 Stunden vor der Hauptteigbereitung aus dem Kühlschrank nehmen, damit sie sich auf Zimmertemperatur erwärmen können.)

Mein Vorteig war nach 10 Stunden gut fermentiert mit deutlicher Bläschenbildung und Volumenvergrößerung. Der fermentierte Vorteig ist aufgrund enzymatischer Vorgänge jetzt flüssiger als am Abend.

**Vorteig**  
**111 g Wasser,**  
**Brühstück**  
**Kochstück**

in eine ausreichend große Schüssel geben  
und mit einem Kochlöffel oder mit der Hand zu sämigem Brei verrühren;

**restliches Mehl**  
mit dem **Salz** und  
den **Gewürzen** vermischen  
und zufügen und alles zu einem Teig vermengen.

Diesen dann auf eine Arbeitsfläche geben und mit den Händen bearbeiten, damit sich das Glutengerüst aufbauen kann. Dabei den Teig wiederholt nach oben ziehen, um ihn gut zu belüften, denn die Milchsäurebakterien, die hauptsächlich die Fermentation bewirken, können mit ausreichend Sauerstoff aktiver arbeiten. Außerdem bilden sich sichtbar immer mehr Glutenfäden im Teig und der gesamte Teig wird elastischer, einheitlicher und homogener.

Dann die Hände wiederholt in die verbleibenden **150 g Wasser** tauchen und dieses nach und nach in den Teig einarbeiten. Der Teig wird zugleich elastischer und sehr weich und so lässt sich aber immer noch falten. Nach insgesamt etwa 15 Minuten den Teig wieder in die Schüssel zurücklegen und gut zugedeckt (damit er an der Oberfläche nicht abtrocknet) ½ Stunde bei ca. 28° ruhen lassen. Den Teig dann mit nassen Händen 2 oder 3 Runden in der Schüssel falten und nochmals ½ Stunde stehen lassen.

Inzwischen 6 kleine Kastenformen (18 x 11 cm) mit Butter einfetten.

Von dem Teig dann jeweils mit einer Teigkarte 500 g große Portionen abstechen, mit nassen Händen mehrmals falten und in die Backformen geben. Nach Belieben mit Sesam, Mohn, Kürbiskernen, Haferflocken usw. bestreuen und die Oberfläche mit einer Sprühflasche etwas einsprühen. Die Kastenformen mit Deckel oder Aluminiumfolie abdecken und bei etwa 30° 2 – 3 Stunden fermentieren lassen.

## 5. Backen

Wenn das Teigvolumen sich verdoppelt hat, die Formen zugedeckt in den vorgeheizten Backofen (wenn möglich bei 250°) schieben und 10 – 20 Minuten auf dieser Temperatur backen. Dann zurückschalten, je nach Herd auf 200° - 175°.

Da Blaublech-Kastenformen und die dunkel beschichteten Plumcake-Formen die Hitze schneller auf den Teig übertragen, kann die Anfangstemperatur bereits nach 10 Minuten herunter geschaltet werden. Bei Edelstahlformen etwa nach 20 Minuten zurückschalten, dann erhalten die Brote an den Seiten ebenfalls eine schöne goldene Bräunung.

Nach insgesamt 30 Minuten Backzeit die Deckel oder Aluminiumfolien herunter nehmen, damit die Brote an der Oberfläche eine anziehende goldene Kruste bilden.