



## **Brot aus Einkorn-Vollkornmehl**

### **Zutaten**

#### **Vorteig:**

- 100 g Wasser
- 100 g Einkorn-Vollkornmehl
- 1 g frische Germ/Hefe

#### **Hauptteig**

- 350 g Einkorn-Vollkornmehl
- 50 g Roggenmehl Type 960 /DE Type 997
- ca. 150 g Wasser
- 100 g Buttermilch
- 5 g frische Germ/Hefe
- 11 g Salz
- Gewürze nach Belieben (Kümmel, Anis, Fenchelsamen, Koriander)

### **Zubereitung**

#### Vorteig:

Die Germ/Hefe im Wasser auflösen und das Mehl gründlich einrühren.

Bei Zimmertemperatur zugedeckt ca. 12 Stunden stehen lassen.

#### Hauptteig

Alle Zutaten bis auf das Salz gut vermischen, ca. 110 ml Wasser dazugeben.

Den Teig nun ca. 5 Minuten kneten. Nun das Salz und das restliche Wasser zugeben.

Den Teig noch weitere 5 Minuten kneten.

Nun den Teig nochmals 30 Minuten rasten lassen. Den Teig auf reichlich Mehl (der Teig klebt ziemlich) zu einer Kugel schleifen und im Gärkorbchen zugedeckt noch 60 Minuten bei Raumtemperatur rasten lassen.

Bei 210 C° Ober-/Unterhitze 10 Minuten backen, danach den Ofen auf 200 C° zurückschalten und weitere 30 bis 40 Minuten backen. Das Brot ist fertig, wenn Du auf die Unterseite klopfst und es hohl klingt.

Gutes Gelingen.

[www.gudrunvonmoedling.at](http://www.gudrunvonmoedling.at)

ALLE Nutzungsrechte – Rezepte – Texte und Fotos gehören ausschließlich MIR – „Gudrun von Mödling“ und müssen – vor Verwendung – schriftlich genehmigt werden. Vervielfältigungen (Kopien, Screenshots jeglicher Art, usw.) sind verboten, da sie eine Urheberrechtsverletzung darstellen.