

Einfaches Dinkelbrot I schnell zubereitet, mild und lecker

Ihr Lieben ♥☐

heute habe ich wieder ein leckeres Brotrezept für euch, ein leckeres Buttermilchbrot mit Dinkelmehl. Ich selbst mag Dinkelmehl unheimlich gerne, es hat nicht nur einen leicht höheren Gehalt an Eiweiß, Magnesium, Zink und Eisen als Weizen, sondern ist auch schön mild im Geschmack. Das Brot ist schnell und einfach zubereitet, ohne viel Schnickschnack und schmeckt frisch gebacken am allerbesten.

Für ein großes ca. 750g Brot oder zwei kleine Brote á 375g benötigt ihr folgende Zutaten:

375g Dinkelmehl Typ 630

125g Dinkelmehl Typ 1050

330ml Buttermilch

21g frische Hefe

12g Gewürzsalz, z.B. Brotzeitsalz von Bad Reichenhaller, es kann aber auch jedes andere Salz verwendet werden. Bei Verwendung von normalen Salz die Menge auf 10g reduzieren



Zubereitung:

Buttermilch leicht erwärmen, mit den restlichen Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit dem Knethaken der Küchenmaschine bei kleiner Geschwindigkeit 7 Minuten verkneten

lassen. Anschließend eine Fensterprobe machen. Dazu wird ein Stück Teig genommen und so dünn auseinander gezogen (siehe Video), daß man fast durch schauen kann. Wenn der Teig schön elastisch ist und nicht sofort reißt, ist er gut ausgeknetet. Den Teig zu einer Kugel formen, in die Schüssel zurück legen und abgedeckt an einem warmen Ort 1 Stunde ruhen lassen.

Nach der Ruhezeit, der Teig sollte deutlich aufgegangen sein, wird er in zwei Hälften geteilt und jedes zu einem kleinen Brotlaib geformt. Die beiden Teiglinge nebeneinander in einen Topf legen, etwa 1cm tief einschneiden, mit Mehl bestäuben und abdeckt nochmal 20 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit den Ofen auf 230° Ober-/Unterhitze vorheizen.

Gebacken wird das Brot mit Deckel etwas 45 – 50 Minuten, wer es dunkler mag, kann nach der Backzeit den Deckel abnehmen und unter Beobachtung nachbräunen lassen. Für ein großes Brot erhöht sich die Backzeit auf 55 – 60 Minuten. Nichtsdestotrotz sollte nach dem Backen eine Klopfprobe gemacht werden. Hierzu einfach auf den Boden des Brotes klopfen (vorsicht heiß!) und wenn es sich hohl anhört, ist es durchgebacken.



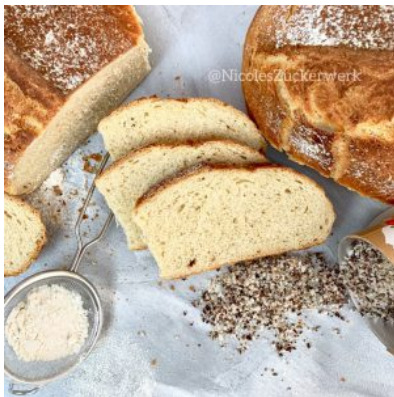
TIPP:

Wer lieber Weizenmehl verwenden möchte, kann das Dinkelmehl problemlos 1:1 durch Weizenmehl Typ 550 und Typ 1050 oder nur durch das 550er Mehl ersetzen. Genauso kann das Dinkelbrot auch nur mit dem 630er Mehl zubereitet werden.

Welchen Behälter verwende ich?

Ich nehme einen Steintopf mit Deckel der Firma „The Pampared

Chef“. Diesen muß ich vor Verwendung einfetten. In anderen Töpfen kann Brot natürlich auch gebacken werden, wie z. B. eine Auflaufform, Kochtopf, Römertopf etc. Wichtig ist, daß sie für den Backofen geeignet sind und einen Deckel haben, da das Brot mit Deckel gebacken wird. Prinzipiell würde ich jeden Topf leicht einfetten, damit das Brot nicht festbackt und leicht aus den Töpfen/Formen heraus genommen werden kann.



Ich wünsche euch ganz viel Spaß beim Nachbacken und freue mich auf eure Kreationen.

Eure Nicole