

# Dinkel Bauernbrot

---

## Vorteig,

Bei der Dinkelmehlverarbeitung ist zur besseren Verquellung und vor allem zur Geschmacksbildung ein Vorteig wichtig.

Dafür knetet man am Abend zuvor

oder mindestens 4 Std. davor einen Teig aus

500g Dinkel - Bauernbrotmehl

500ml Wasser

evtl. gibt man noch 100g Knabbermischung dazu

dieser Teig wird mit einem Deckel oder Klarsichtfolie oben genannte Zeit zugedeckt stehen gelassen

## Nach dieser Zeit zum Vorteig geben:

nochmals 500g Dinkel-Bauernbrotmehl

1 Würfel Hefe

ca.100ml Wasser

1 Eßl. Salz

## Zubereitung

- Nun Knetet man alle Zutaten zu einem glatten Teig
- Fügt noch ein Tröpfchen Liebe dazu
- lässt den Teig ca. 45 Min. zugedeckt gehen
- formt ein großes oder 2 kleine Brote daraus
- legt sie in einen Gärkorb und deckt sie ab
- lässt sie nochmals kurz, ca. 10-15 Min. gehen
- stürzt sie auf ein Backblech oder einen Schieber
- und schiebt sie in den vorgeheizten Ofen
  
- Vorheizen: auf U-/Oberhitze 200°C

**Backen:** ca.50- 60 Minuten bei 200°C U-/Oberhitze

Nun durchzieht ein herrlicher Duft Ihre Wohnung und auch wir freuen uns darüber

Ihre Gütsteiner Mühle