

kreativbackmischung



Bio-Dinkelvollkornbrot - grob gemahlen -

von Brotsommelier

Jim Jessau

Kreativrezept:

Sonnenblumenkerne

100g Sonnenblumenkerne

Topping: 30g Sonnenblumenkerne

280g kaltes Leitungswasser

Optional: 10g Honig

Schritt 1:



Inhalt in eine große Schüssel geben.
Optional: 10g Honig hinzugeben.
280g kaltes Leitungswasser hinzugeben,
zu einer homogenen Masse vermengen.

100g Sonnenblumenkerne in 100g Wasser
einweichen.
Teig für 1 Stunde im Kühlschrank abgedeckt
ruhen lassen.

Schritt 2:



Eingeweichte Sonnenblumenkerne in den Teig
geben.

Teig in die Backform geben. 30g Sonnenblumen-
kernen aufstreuen.

Mit Klarsichtfolie abdecken. Im Kühlschrank 5-24
Stunden reifen lassen.

Schritt 3:



Ofen auf 240°C vorheizen, Ober-/Unterhitze
Auflaufform auf den Boden des Ofens stellen.

Form auf das Backblech stellen, Ofen auf
200°C runterstellen.
Für Dampf: Wasser in die heiße Auflaufform
gießen.
Backzeit: 60-70 Minuten.

Schritt 4:



Brot aus dem Ofen holen. Direkt aus der Form
holen, auf einem Rost auskühlen lassen.

TIPP: Das Brot muss unbedingt Luft von unten
kriegen, sonst bildet sich Feuchtigkeit.