

Bio UrDinkel Maggia LH2 - langgeführt

Geheimrezept



Vor- und Zubereitung:	40 min
Stockgare:	2 h
Kühlschrank:	12 h
Stockgare:	2-6 h
Stückgare:	30 min
Backen:	30 -35 min

Zutaten für 3 Brote

1000 g	Bio UrDinkel Maggia LH2
20 g	Salz
6 g	Hefe
750 g	Wasser lauwarm



Zubereitung

Das Mehl mit dem Salz in einer Schüssel mischen. Hefe in kleinen Stücken dazugeben. Wasser zur Mehlmischung geben. Zu einem weichen glatten Teig kneten, je nach Knetmaschine 5 min mischen (kleine Stufe) und 5 min kneten (intensive Stufe) bis der Teig geschmeidig ist. Fenstertest durchführen, solange kneten bis der Fenstertest gut klappt (siehe Tipp). Der Teig ist leicht klebrig, das ist normal. TIPP: mit nassen Händen den Teig bearbeiten, dann ist es weniger klebrig.

Stockgare

Den Teig mit einem feuchten Tuch oder einer Folie bedecken und 2 h bei Raumtemperatur ruhen lassen. Der Teig soll um das Doppelte aufgehen. Nach 1 h Teig aufziehen (siehe Tipp). Den abgedeckten Teig für 12 h im Kühlschrank lagern. Danach für 2 h bis 6 h bei Raumtemperatur gären.

Aufarbeiten und Stückgare

Teig in Portionen teilen und zu 3 Broten oder Brötchen ca. 120 g formen. Den Teig nochmals 30 min bei Raumtemperatur gären lassen. Als Option den Teig im Gärkorb gären lassen.

Backen

Backofen bei Umluft 190°C ca. 30 - 35 min backen, Backofen vorheizen. Wenn möglich mit Dampf oder Eiswürfel-Dampf (siehe Tipp) backen. Das selbstgemachte UrDinkelbrot aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und geniessen.

Das UrDinkel Maggia ist ein Brot was Mut und etwas Übung benötigt.

Gutes Gelingen!

Noch mehr tolle Geheimrezepte oder Mehle finden Sie unter:
lindmuehle.ch/freizeitbackshop oder dem QR-Code.

