## **Emmer- UrDinkelbrot**

Geheimrezept



Vor- und Zubereitung: 25 min Stockgare: 1 – 1,5 h Stückgare: 60 min Backen: 40 min

#### Zutaten für 2 Brote

## Brühstück:

140g Emmer Rein hell LH2 IPS210g Wasser kochend heiss

# Hauptteig:

### Brühstück

260 g Emmer Rein hell LH2 IPS
125 g UrDinkel-Vollkornmehl
125g UrDinkel-Halbweissmehl
120 g Milch
240 g Wasser
15 g Salz

Frisch-Hefe



#### Brühstück

21 g

Das Emmermehl hell mit kochend heissem Wasser übergiessen und gleichmässig mischen, bis das ganze Wasser vom Mehl aufgenommen wurde.

## **Zubereitung mit Knetmaschine**

Das Emmermehl hell, UrDinkel-Vollkornmehl und UrDinkel-Halbweissmehl mit dem Salz mischen. Die Hefe zerbröckeln und dazugeben. Das hergestellte Brühstück mit dem Wasser und der Milch zur Mischung geben und 5 Minuten mit der Knetmaschine mischen (kleine Stufe). Weitere 10 Minuten zu einem glatten Teig kneten (intensive Stufe).

Fenstertest durchführen und solange kneten bis der Fenstertest gut klappt (siehe Tipp Fenstertest).



## Stockgare

Den Teig mit einem feuchten Tuch oder einer Folie bedecken und 1 bis 1,5 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen und aufs Doppelte aufgehen lassen.



# **Emmer- UrDinkelbrot**

Geheimrezept



## Aufarbeiten und Stückgare

Den Teig halbieren und Brote formen. Ein schönes Volumen gibt es rund oder länglich geformt, wenn der Teig in einen gut bemehlten Gärkorb oder eine Cakeform gelegt wird. Den Teig ca. 1 Stunde gären lassen. Die geformten Teiglinge aus der Form auf das Backblech

stürzen und einschneiden.

### **Backen**

Backofen mit Ober- und Unterhitze auf 230°C vorheizen. Brot bei 230°C 15 min backen. Temperatur auf 190°C reduzieren und 20 – 25 min fertig backen.

En Guete beim Geniessen des Brotes aus zwei uralten Getreidesorten!



