

Dinkelweichbrot mit Buttermilch



Zutaten für ein Brot:

250 g Dinkelmehl 630
250 g Weizenmehl
200 ml Buttermilch
50 bis 80 ml Wasser
1 Würfel Hefe
2 gestrichene TL Salz
1 TL Brotgewürz o. 1 Msp. gemahlene Kümmel (kann auch weggelassen werden)
1 TL Zuckerrübensirup oder Honig
nach Wunsch 100 g Leinsaat oder 100 g Röstzwiebeln

Zubereitung:

Die Hefe zerbröseln und in lauwarmem Wasser auflösen. Mehl, Buttermilch und die anderen Zutaten in eine Schüssel geben. Hefe hinzufügen und 10 Minuten mit Knethaken kneten. Etwas Wasser zugeben, sodass der Teig elastisch und glatt wird. Er sollte sich nach der Knetzeit vom Schüsselrand lösen. Den Hefeteig eine Stunde ruhen lassen, beispielsweise im Backofen bei eingeschalteter Lampe, die Wärme bringt. Den Teig anschließend mit den Händen kneten, zur Kugel formen und auf einem Backblech mit einem Tuch abgedeckt noch einmal 30 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 230 Grad vorheizen und eine Metallschüssel mit etwa 150 ml Wasser hineinstellen. Die Brotkugel oben einschneiden und das Blech auf die zweite Schiene von unten in den Backofen schieben. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und das Brot weitere 30 Minuten backen.

Tipp:

Für ein Leinsamenbrot 100 g Leinsaat mit 100 ml kochendem Wasser überbrühen, 2 Stunden stehen lassen und dann zu den Zutaten hinzufügen. Für ein Zwiebelbrot etwa 100 g Röstzwiebeln in den Teig geben und untermischen.

Rezept: Irene Kröger