

Emmersaatenkrüstchen

Zutaten:

Kochstück:

180 g Emmervollkornmehl
330 g Wasser
330 g Buttermilch
50 g Sesam, ungeschält
40 g Sonnenblumenkerne
40 g Kürbiskerne
80 g 4-Korn-Flocken oder Haferflocken

Hauptteig:

Kochstück
420 g Wasser
7 g Hefe
1 TL Agavendicksaft
440 g Dinkelmehl 630
440 g Dinkelmehl 1050
20 g Salz
30 g Butter



Zubereitung:

Für das Kochstück: Emmervollkornmehl, Wasser, Buttermilch und Saaten klümpchenfrei verrühren und langsam aufkochen. Nach 1-3 Minuten beginnt das Mehl aufzuquellen. Ab diesem Punkt die Hitze wegnehmen und noch 1-2 Minuten rühren. Das Kochstück in die kleine Nixe geben und mindestens 1-3 h abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Für den Hauptteig: lauwarmes Wasser, Agavendicksaft und Hefe verrühren. Die restlichen Zutaten mit dem Kochstück hinzufügen und 2 Min. auf langsamer Stufe verkneten danach 1 Minute schneller kneten. Der Teig ist recht klebrig.

Den Teig in die große Edelstahl-Rührschüssel geben und 2 h abgedeckt gehen lassen, dabei nach 1 h 1x dehnen und falten.

Nach der Teigruhe den Teig vorsichtig auf die gut bemehlte Teigunterlage geben und dehnen und falten (am Besten mit nassen Händen!). Das Brot in den mit Saaten ausgestreuten Ofenmeister legen und mit Saaten bestreuen.

Den Deckel auflegen und so lange gehen lassen, bis der Backofen auf 240°C (Ober-/Unterhitze) Temperatur ist und in ca. 1 h. fertigbacken.

Verwendete Produkte: Teigunterlage, Ofenmeister, große Edelstahl-Rührschüssel, Edelstahl-Streufix, Packs! an Silikonhandschuhe, Kuchengitter

Sevi
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN