

## Emmervollkornbrot aus dem kleinen Zaubermeister

### Zutaten:

#### Quellstück:

300 g Kefir  
100 g Wasser  
5 g frische Hefe  
1 TL Agavendicksaft  
4 g Flohsamenschalenpulver

#### Hauptteig:

Quellstück  
200 g Emmervollkornmehl  
200 g Dinkelmehl Typ 1050  
100 g Dinkelmehl Typ 630  
10 g Salz  
40 g geschrotete Leinsamen  
1 geraspelte Karotte, ca. 50 g

Zum Bestreuen: verschiedene Körner



### Zubereitung:

Für das Quellstück Wasser, Kefir, Hefe und Agavendicksaft in den Thermomix geben 2 min./37°C Stufe 2 erwärmen. Flohsamenschalenpulver dazugeben und kurz Klümpchen frei verrühren. 10 min. quellen lassen.

Danach alle anderen Zutaten zufügen und 3 min./Teigknetstufe. Den Teig in die mittlere Edelstahl-Rührschüssel oder Nixe geben und mindestens 2 h. gehen lassen, dabei nach 1 h 1 x dehnen und falten. Der Teig sollte sich mindestens verdoppelt haben.

Nach der Gehzeit den Teig auf die bemehlte Teigunterlage geben und rund und langwirken. In verschiedenen Saaten wälzen und in den kleinen Zaubermeister legen. Den Deckel auflegen und so lange gehen lassen, bis der Backofen auf 240°C (Ober-/Unterhitze) Temperatur ist und in ca. 50-55 Min. fertigbacken.

**Verwendete Produkte:** Teigunterlage, kleiner Zaubermeister, Edelstahl-Streufix, Packs! an Silikonhandschuhe, Kuchengitter

**Sevi**   
bäckt und köchelt

Severine Schmid  
Weidenstraße 8  
74182 Obersulm

**pampered|chef**  
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN