

## Ayran-Emmervollkorn aus dem Zauberkasten plus

### Zutaten:

225 g Wasser  
225 g Ayran  
10 g frische Hefe  
1 Tl. Honig  
4 g Flohsamenschalenpulver  
75 g BÖCKER Reinzucht-Sauerteig  
500 g Emmervollkornmehl  
10 g Salz



### Zubereitung:

Wasser, Ayran, Hefe, Honig und BÖCKER Reinzucht-Sauerteig 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 recht klebrigen Teig in den bemehlten Zauberkasten füllen. Abgedeckt gehen lassen, bis der Backofen auf 260°C (Ober-/Unterhitze) Temperatur ist und in ca. 45-50 Min. fertigbacken. Backofentemperatur auf 210 °C zurückdrehen.

**Verwendete Produkte:** mittlere Edelstahlrührschüssel, Zauberkasten plus, Edelstahl-Streufix, Packs! an Silikonhandschuhe, Kuchengitter

**Sevi**   
bäckt und köchelt

Severine Schmid  
Weidenstraße 8  
74182 Obersulm

**pampered|chef**  
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN