

Dinkelsepp

Teig:

Brühstück

100 g Wasser (kochend)
25 g Sonnenblumenkerne
25 g Dinkelflocken

Hauptteig:

Brühstück
300 g Wasser
3 g frische Hefe
350 g Dinkelmehl Type 630
150 g Roggenmehl Type 1150
1 Ei Essig (dunkler Balsamicoessig)
10 g Salz



Zubereitung:

Sonnenblumenkerne und Dinkelflocken mit dem kochenden Wasser verrühren. Mindestens eine halbe Stunde abkühlen lassen.

Das Brühstück mit den restlichen Zutaten des Hauptteiges zu einem glatten Teig verkneten. (Thermomix: 3 min. Teigknetstufe).

Den Teig in die große Edelstahl-Rührschüssel geben und abgedeckt 2 h bei Raumtemperatur anspringen lassen. In dieser Zeit 2 x dehnen und falten. Danach 10 h oder über Nacht im Kühlschrank gehen lassen.

Am nächsten Morgen den Teig vorsichtig auf die leicht mit Hartweizengries oder Roggenvollkornmehl bestreute Teigunterlage geben und etwas langziehen (aufpassen, dass nicht zu viel Luft aus dem Teig gedrückt wird). Mit dem Nylonmesser 6-8 gleich große Teigstücke abschneiden und nochmals abgedeckt entspannen lassen bis der Backofen mit dem großen Ofenzauberer plus auf 260°C aufgeheizt ist.

Brötchen einschneiden und auf den Stein legen und in ca. 13-15 min. fertigbacken, dabei den Ofen auf 210 °C zurückdrehen.

Verwendete Produkte: Teigunterlage, Nylonmesser, Edelstahl-Streufix, Edelstahl-Rührschüssel, großer Ofenzauberer plus, Kuchengitter

Sevi 
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN