

# Rezept

## Emmer-Dinkel Brot

- ohne Kneten -



### Zutaten

- 300g Huber-Mühle Emmervollkornmehl
- 200g Huber-Mühle Bio Dinkelmehl T630
- 350g lauwarmes Wasser
- 4g frische Hefe ( $\cong$  1/10 Hefe-Würfel)
- 1EL Meersalz (ca. 12g)
- 1EL Zitronensaft

Etwas Mehl für die Arbeitsfläche

*„Mit nur wenig Hefe, aber dafür mit einer langen, kalten Gare, erhält dieses Urkorn-Brot seinen aromatischen Geschmack – ganz ohne Kneten.“*

### Zubereitung

In einer großen Schüssel die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen. Die beiden Mehlsorten mit dem Salz und dem Zitronensaft mischen und nach und nach einstreuen und mit einem Löffel bzw. den Händen gut vermengen. Es dürfen zum Schluss keine Mehlnester mehr zu sehen sein. Die Schüssel mit einem Deckel verschließen und 24 Stunden im Kühlschrank oder 12h bei Raumtemperatur gehen lassen.

Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und ggf. mit Hilfe eines Teigschabers vorsichtig zu einem Brotlaib formen, etwas bemehlen und weitere 1-3 Stunden (je nach Temperatur) gehen lassen (z.B. in einem bemehlten Gärkorb mit Schluss nach unten). Der Laib sollte sich schön heben.

In der Zwischenzeit den Holzofen Furnus zum Backen anfeuern. Etwas Glut im Ofen nach hinten schieben. Deckel auf den Kamin und die Temperatur des Backofenbodens messen. Bei 280° das Brot einschließen, Backzeit etwa 35min, wobei die letzten 10min die Türe leicht geöffnet wird. Ein Bratenthermometer ist hilfreich, bei 92° Kerntemperatur ist das Brot fertig.

Oder den Haushaltssofen vorheizen und den Laib 10min bei 230°C Ober-/Unterhitze und danach weitere 35min bei 200°C Ober-/Unterhitze fertig backen.



**Tipp:** Bäckst man das Brot in einem Gusseisentopf oder Römertopf mit Deckel, erhalten diese auch im Haushaltssofen eine schöne Kruste. Hier kann der Deckel für die letzten 10min abgenommen werden.

Wir wünschen gutes Gelingen!