



Dinkel-Ruchbrot

Dieses Dinkelbrot hat mir auf Anhieb gefallen. Auch wegen dem schön aufgegangenen Laib, aber vor allem wegen dem kräftigen und runden Geschmack. Es riecht nach Brot, einfach nach Brot. Mit Butter und Konfitüre am Morgen..... , mit Käse oder Wurst zum Zvieri....

Zutaten

Vorteig:

100g Dinkel-Ruchmehl (Vanadis)
20g Roggenvollkorn
120g Wasser
0.2g Frischhefe

Hauptteig:

Vorteig

315 g Dinkel-Ruchmehl (Vanadis)
180 g Wasser
1 gestrichener El Backmalz
2g Frischhefe
11g Salz

Zubereitung

Die Vorteigzutaten mischen und 22 Stunden bei ca. 18-20°C reifen lassen. Der Vorteig soll danach viele kleine Blasen zeigen.

Sämtliche Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe der Knetmaschine zu einem mittelfesten bis weichen Teig kneten. Die Maschinenarbeit lässt sich auch durch gute Handarbeit ersetzen.

Dinkel hat etwas ungünstigere Backeigenschaften als Weizen und darf nicht zu lange

geknetet werden. Eine zu intensive mechanische Beanspruchung beeinträchtigt die Ausbildung eines guten Teiggerüsts, die Folge ist eine eher "gummige" Konsistenz der Brotkrumme.

Die Zugabe von Backmalz ist nicht unbedingt nötig, es fördert aber die Aktivität der Hefe.

60 Minuten bei 20°C ruhen lassen. Alle 20 Minuten (insgesamt dreimal) dehnen und falten. [Videoanleitung von Lutz \(ploetzblog.de\)](https://www.youtube.com/watch?v=NgluEkfAp5w)

22 Stunden bei 4-6°C im Kühlschrank lagern.

Vorsichtig zu einem länglichen Laib formen.

Mit Schluss nach oben 1 Stunde bei 24°C im Gärkorb zur Gare stellen.

Den Teigling auf den heißen Backstein stürzen, überschüssiges Mehl wegpinseln und mit einer Rasierklinge 4 mal schräg einschneiden.

Bei 250°C fallend auf 220°C 40 Minuten, zu Beginn mit Dampf, backen.



Vorteig nach der Reifung.



Dehnen und Falten: Mit den Händen unter den Teigling greifen und diesen auseinanderziehen, danach zu einem Päckli zusammenfalten.



Auf den heissen Backstein gestürzt und eingeschnitten. Gleich darauf gehts in den Ofen: Der Teigling wird eingeschossen, wie wir Bäcker sagen ;-)



Schön ist's aufgegangen: Regelmässige und feinporige Krumme. Feste Kruste. Reich an Geschmack!