

# Roggen Dinkel Gewürzbrot

## Zutaten:

### Roggen-Sauerteig:

15 g Anstellgut (=ASG) aus dem Kühlschrank  
150 g Roggenmehl (Type1150 oder Type 997)  
150 g Wasser (ca. 37°C)

Anstellgut aus dem Kühlschrank mit Mehl und Wasser in einem sauberen Gefäß mischen und verschließen. 10-14 Stunden bei Raumtemperatur (20-22°C) abgedeckt reifen lassen. Dabei wölbt sich der Sauerteig konvex nach oben. Der Sauerteig ist reif, wenn die Aufwölbung gerade dabei ist, ganz schwach einzufallen.



300g	Roggen-Sauerteig
360 g	Wasser
5 g	frische Hefe
320 g	Roggenmehl T1150 o. T997
350 g	Dinkelmehl T630
16 g	Salz
15g	Backmalz (oder Honig)
1-2 TL	Brotgewürz (optional)
5g	Flohsamenschalen (optional)
1 EL	Zitronensaft

## Zubereitung:

Sauerteig, Wasser, Hefe in den Mixtopf geben, 20 Sek. / St. 5 mit Linkslauf verrühren. Anschließend alle restlichen Zutaten hinzufügen und 15 Sek. / St.5 mit Linkslauf verrühren und im Anschluss 2 Min. kneten. Teig umfüllen, 90 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche mehrmals falten, in 4 Teile (ca. 350g) teilen, in der 4er Kastenform (Tobi) platzieren, einschneiden und abgedeckt 40 bis 60 Minuten ruhen lassen. Ofen auf 240°C vorheizen, Form in den Ofen stellen und ca. 30ml Wasser in den Ofen „spritzen“. 10 Minuten backen, Temperatur auf 200°C runterstellen und ca. 40 Min. fertigbacken.



**Julia Braun**  
Thermomix® Gruppenleitung

**pampered|chef**

SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN

Tel.: 0151 40470922  
[www.be-wegen.de](http://www.be-wegen.de)  
julia@be-we-gen.de

 [www.pamperedchef.eu/JuliaShobby](https://www.facebook.com/Julia.Braun.mit.Pampered.Chef)  
[fb.me/Julia.Braun.mit.Pampered.Chef](https://www.facebook.com/Julia.Braun.mit.Pampered.Chef)  
 [julias.kochstudio.kirchberg](https://www.instagram.com/julias.kochstudio.kirchberg)  
 [t.me/juliaskochstudiokirchberg](https://twitter.com/juliaskochstudiokirchberg)