

Dinkelkruste

Zutaten:

Sauerteig:

15 g Anstellgut (=ASG) aus dem Kühlschrank

150 g Roggenmehl (Type 1150 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 Sauerteig

210 g Wasser

150 g Joghurt

3 - 5 g frische Hefe

350 g Dinkelmehl 630

120 g Dinkelmehl 1050

80 g Roggenvollkornmehl

15 Salz

5g Flohsamenschalen (optional)

1 EL Zitronensaft



Zubereitung:

Sauerteig, Wasser, Joghurt, Hefe in den Mixtopf geben und 20 Sek. auf St. 5 mit Linkslauf verrühren. Anschließend restliche Zutaten hinzufügen und nochmals 15 Sek. auf St. 5 mit Linkslauf verrühren und im Anschluss 2 Min. kneten. Teig umfüllen, ca. 60-80 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche mehrmals falten und rund formen. In den Ofenmeister platzieren und abgedeckt min. 30 Minuten ruhen lassen. Teigling bemehlen und nach Wunsch einschneiden und mit Deckel in den kalten Ofen reinstellen. Bei 230° ca. 60 – 70 Minuten ausbacken. (ist der Ofen schon heiß mindestens 1 Stunde gehen lassen und die Backzeit verkürzen)

Gutes Gelingen

Julia Braun

Thermomix® Gruppenleitung

pampered|chef


SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN


Tel.: 0151 40470922

www.be-wegen.de

julia@be-we-gen.de

 www.pamperedchef.eu/JuliaShobby

 fb.me/Julia.Braun.mit.Pampered.Chef

 [julias.kochstudio.kirchberg](https://www.instagram.com/julias.kochstudio.kirchberg)

 t.me/juliaskochstudiokirchberg