

Dinkel-Sauerteigbrot

Köstliches Dinkelbrot mit Sauerteig, das einfach zu machen ist, aber etwas Zeit braucht. Am besten wird das reine Dinkelbrot ohne Hefe, wenn ihr es im Topf mit Deckel backt. So bekommt es eine herrliche Kruste.



★★★★★
4,81 von 311 Bewertungen

Vorbereitung 20 Min	Backzeit 50 Min	Wartezeit 1 d
------------------------	--------------------	------------------

Menge: 1 gr. Brot

Ingredients

- 700 Gramm Dinkelmehl Type 630
- 465 Milliliter Wasser
- 20 Gramm Salz
- 14 Gramm Sauerteig Anstellgut

Zubereitung

Vorbereitung

1. Das Salz im Wasser auflösen und alle Zutaten in einer Küchenmaschine mit Knetfunktion oder von Hand zu einem gleichmäßigen Teig verkneten. Der Teig ist fertig, wenn er sich leicht vom Schüsselrand lösen lässt, beziehungsweise beim Rühren von selber löst.
2. Den Teig in eine Schüssel geben und mit einem feuchten Tuch abdecken. Anschließend 24 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen. Dabei alle 6-8 Stunden dehnen und falten. Nach 24 Stunden den Teig ein letztes Mal falten, aus der Schüssel holen und vorsichtig zu einer Kugel formen. Achtet darauf, dass vom Gas so wenig wie möglich entweicht.
3. Anschließend mit Schluss (der Seite, auf der ihr gefaltet habt) nach unten 1 weitere Stunde bei Zimmertemperatur in einem gut bemehlten Gärkorbchen gehen lassen. Mit einem Tuch abdecken braucht ihr den Teig dabei nicht mehr. Wenn Ihr kein Gärkorbchen habt, tut es auch eine mit einem bemehlten Tuch ausgelegte Schüssel.

Das Backen

1. Den Backofen mitsamt Römertopf oder Dutch Oven auf 250°C aufheizen.
2. Wenn der Ofen gut vorgeheizt ist, das Brot mit Schluss nach oben in den Topf geben. Deckel drauf und bei 250°C für 10 Minuten backen. Dann den Backofen auf 230°C runterregeln und weitere 30 Minuten backen. Anschließend noch einmal 10 Minuten ohne Deckel backen. In dieser Zeit wird die Kruste schön braun und knusprig.
3. Anschließend das Brot aus dem Ofen holen und auf einem Gitter auskühlen lassen bevor ihr es anschneidet. Das Brot sollte dabei rundherum atmen können.

Anmerkungen

- **Zeitplanung:** Ihr solltet mit dem Rezept 1 Tag und 3 Stunden vor dem Zeitpunkt beginnen, an dem das Brot fertig sein soll. Am Backtag selbst werden ca. 2 Stunden sowie die Auskühl-Zeit benötigt.
- **Tipp zur Gehzeit:** Die Zeitangaben sind nur Richtwerte, da die tatsächliche Gehzeit von verschiedenen, nie gleichen Faktoren abhängt (Raumtemperatur, Feuchtigkeitsgehalt des Mehls, etc.) Richtet euch daher am besten nach der Fingerprobe. Einfach mit einem Finger ungefähr 1-2 cm tief in den Teig eindrücken. Er sollte sich innerhalb von 10 Sekunden wieder soweit zurückbilden, dass nur noch eine kleine Kuhle von wenigen Millimetern bleibt. Dann ist das Brot genau richtig fertig zum Backen. Bildet sich die Kuhle (fast) gar nicht mehr zurück, ist das Brot bereits in der Übergare. Springt die Kuhle fast augenblicklich wieder zurück, muss es noch etwas gehen.
- **Tipp zur Backdauer:** Die Back-Dauer kann je nach Backofen, Temperatur des Teiglings und anderen Faktoren variieren. Am einfachsten prüft ihr, ob euer Brot fertig ist, indem ihr ein Backofen-Einstechthermometer benutzt. Steckt es einfach ins Brot, wenn ihr den Deckel abnehmt. Die Thermometer sind hitzebeständig und können im Backofen bleiben, bis das Brot fertig ist. Wenn der Kern des Brots zwischen 96°C und 98°C hat, ist es perfekt.



[Zurück zum \(Online\) Rezept?](#)