



Das beste vegane Dinkelbrot

Außen knusprig & innen fluffig - 3,20 € - vegan 

1 großes Dinkelbrot | Zubereitungszeit: 3 h | Arbeitszeit: 30 min | Ausrüstung: Backblech

Zutaten Dinkelbrot

400 g	Dinkel-Vollkornmehl + 30 g zum Arbeiten
400 g	Dinkelmehl Type 630
15 g	geschrotete Leinsamen - 2 EL
1 Pack	Trockenhefe
40 ml	Ahornsirup
500 ml	Wasser - lauwarm
2 TL	Salz - 14 g
3 EL	Kürbiskerne
1 TL	Olivenöl - zum Einfetten

Zubereitung

1. **Mehl, Leinsamen-Schrot, Hefe, Salz** und **Ahornsirup** in eine große Schüssel geben. **Wasser** nach und nach dazu geben und einrühren. Den Teig kneten bis er schön glatt ist. (5-10 Minuten)
Mit einem feuchten Tuch zugedeckt den Teig **2 Stunden gehen** lassen. Es sollte sich verdoppeln.
Optional is ein warmer Ort ohne Zugluft.
2. Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine beschichtete Backblech **einölen** (oder Backpapier verwenden) und bereit stellen. Arbeitsfläche bemehlen und den Teig nochmal kurz kneten.
3. Eine kleine Mulde bilden und die **Kürbiskerne** in den Teig geben. Durch die Ziehen-und-Falten-Technik wird der Teig stabil und fest, sodass sich ein Brotlaib formen lässt.
Optional: Den Laib bemehlen und ein Muster einritzen.
4. Das Brot bei **220°C** auf der untersten Schiene **30-35 Minuten** backen lassen.
Tipp: Eine backfeste Form mit Wasser in den Ofen dazu stellen, so geht das Brot besser auf.

Zum vollständigen Rezept: Das beste vegane Dinkelbrot

Mit auditive Koch-Begleitung, Kostenaufstellung & Einkaufsliste, Video-Zubereitungsschritte, Alternative Zutaten, Ideen zum Selbermachen & No Waste und unsere Brot-Bilder.

