

Matze`s

Malzbierbrot



Zutaten:

1 Flasche (0,5 Liter) Malzbier
20 g Hefe
1 TL Honig
50 ml Wasser
150 g Roggenmehl 1150
400 g Weizenmehl 550
300 g Dinkelmehl 630
300 g gemischte Körner (Kürbiskerne,
Sonnenblumenkerne, Leinsamen etc.)
1 TL Backmalz
2,5 TL Salz
3 EL Balsamico Essig



Zubereitung :

Die Körner mit dem Malzbier in eine Schüssel geben und 1-2 Stunden quellen lassen.

Danach die Hefe mit dem Honig in Wasser auflösen.

Die Mehle, Salz , Backmalz , Körnermischung und Essig dazugeben und alles für ca. 5 Minuten kneten.

Teig in einer Schüssel abgedeckt mindestens 60-90 Minuten gehen lassen.

Auf eine Teigunterlage geben und zu einem Laib formen, eventuell mit etwas Mehl bestäuben wenn der Teig zu klebrig ist.

In den bemehlten Ofenmeister legen und in den kalten Backofen stellen. Bei 230 Grad Ober/Unterhitze 70 Minuten backen .

