



Dinkel Dörte

Schwierigkeitsgrad



1 Stück



130 Minuten mit
Back - und Gehzeit

Zutaten Teig:

400 ml	Wasser
20 g	frische Hefe
1 TL	Honig
600 g	Dinkelmehl 630
100 g	Roggenmehl 1150
90 g	Sonnenblumenkerne
50 g	kernige Haferflocken
125 g	Naturjoghurt
2 TL	Salz
1 TL	Backmalz

Zubereitung:

Hefe und Honig in handwarmem Wasser auflösen

Im Thermomix: Hefe Wasser und Honig in den Mixtopf geben, 3 Min./37°Tstufe 2

Restliche Zutaten dazugeben und ca. 5 Minuten zu einem Teig kneten lassen.

Im Thermomix : Teigstufe 5 Min.

Eine große Edelstahlschüssel leicht einfetten und den Teig in die Schüssel geben. 60-90 Minuten abgedeckt gehen lassen.

Dann auf die bemehlte Teigunterlage geben und auf Spannung falten. Zu Beginn kann die Teigunterlage zum Kneten genutzt werden, da der Teig etwas klebrig ist. Den Ofenmeister fetten und leicht mehlen und den Teigling in den Ofenmeister legen, einschneiden, etwas mit Mehl bestäuben und den Deckel auflegen.

In den kalten Backofen stellen und bei 230 Grad 70 Minuten backen.

Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.