Dinkel-Kürbiskernbrot



Dieses unkomplizierte Dinkel-Kürbiskernbrot mit Vollkorn-Anteil überzeugt durch sein aromatisches, nussiges Aroma.

1 Brot

Zubereitungszeit: 30 min
Wartezeit: 4 Std
Backzeit: 40 min

ZUTATEN

1. 325 g Dinkelmehl
2. 175 g Dinkelvollkornmehl
3. 75 g Kürbiskerne, grob gehackt
4. 300 g lauwarmes Wasser (nach Gefühl ggf. etwas mehr)
5. 10 g frische Hefe (ca. 5 g bei Übernachtgare)
6. 10 g Salz
7. Ganze Kürbiskerne zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

1. Die Hefe in 100 g des lauwarmen Wassers bröseln, umrühren und 10 Minuten quellen lassen.
2. Dinkelmehl, Dinkelvollkornmehl, die gehackten Kürbiskerne, Salz, das restliche Wasser und die aufgelöste Hefe in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben. Zuerst ca. 3 Minuten auf Stufe 1, danach weitere 4-5 Minuten auf Stufe 2 zu einem glatten Teig kneten. Sollte der Teig zu trocken sein, Schluckweise noch etwas Wasser dazugeben. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 2,5-3 Stunden ruhen lassen. (Bei Übernachtgare 1 Stunde bei Raumtemperatur anspringen lassen, über Nacht im Kühlschrank parken und am nächsten Tag ca. 1 Stunde vor dem Weiterverarbeiten aus dem Kühlschrank holen.)
3. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
4. Nach der Ruhezeit den Teig zu einem runden Laib formen und auf das Bachblech legen. Abgedeckt für 20 Minuten ruhen lassen.
5. Den Backofen auf 220°C Umluft vorheizen.
6. Den Brotlaib mit lauwarmem Wasser besprühen und großzügig mit Kürbiskernen bestreuen.
7. Mit Dampf ungefähr 40 Minuten. (Backofen mit Dampf-Funktion oder beim Einschließen eine feuerfeste Schale mit Eiswürfeln unten in den heißen Backofen stellen).
8. Nach der Backzeit das Dinkel-Kürbisbrot abkühlen lassen, dann erst anschneiden und genießen.