

Dinkel-Walnuss-Brot



Leckeres Brot aus Dinkelmehl mit knackigen Walnüssen

Zubereitungszeit:

Wartezeit:

Backzeit: 30 min

## **ZUTATEN:**

10 g frische Hefe

1,5 TL Honig

400 ml lauwarmes Wasser

400 g Dinkel-Vollkorn-Mehl

300 g Dinkelmehl

1 TL Salz

1 Ei

100-125 g Joghurt, natur

100 g Walnüsse, grob gehackt



## **ZUBEREITUNG**

- 1. Die Hefe in 200 ml lauwarmes Wasser bröseln, den Honig dazugeben, verrühren und 10 Minuten stehen lassen.
- 2. Beide Mehlsorten mit dem Salz in einer Schüssel mischen und in die Mitte eine Mulde drücken.
- 3. Das Ei mit den restlichen 200 ml Wasser verquirlen und mit dem Hefe-Honig-Gemisch in die Mulde gießen.
- 4. Den Joghurt ebenfalls dazugeben und alles zusammen zu seinem glatten Teig verkneten, der sich vom Schüsselrand löst.
- 5. Die Schüssel abgedeckt für ca. 30 Minuten ruhen lassen.
- 6. Danach die Walnüsse kurz in etwas Mehl wälzen und unter den Teig kneten. Wieder abdecken und für mindestens 2 Stunden ruhen lassen.
- 7. Danach den Teig in eine gefettete Brotbackform, Auflaufform oder feuerfesten Topf geben. Wieder abdecken und nochmals 1-2 Stunden ruhen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.
- 8. Den Backofen auf 220°C vorheizen.
- 9. Die Backform in den Ofen geben. Eine Schüssel mit kaltem Wasser unten in den Ofen stellen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 200 °C reduzieren, die Ofentür kurz öffnen um den Dampf abzulassen und für ca. weitere 20 Minuten fertig backen.
- 10. Backzeit insgesamt: ca. 30 Minuten