



Dinkelbrot Einfach



Brot

Vorbereitungszeit: 20 min **Kochzeit:** 1 hr 15 min

Schwierigkeitsgrad: Leicht **Quelle:** malteotten.de

ZUTATEN

1600 g Dinkelmehl, (Vollkorn-)

1000 ml Wasser, warmes

2 TL Zucker

6 TL Salz

4 TL Trockenhefe

n. B. Körner, z.B. Sesam, Leinsamen oder Sonnenblumenkerne

ZUBEREITUNG

Die ersten fünf Zutaten in eine Schüssel geben und ordentlich zu einem Teig verkneten. Zum Schluss die Körner zugeben und mit unterkneten. Teig in eine mit Backpapier ausgelegten Ultra geben oder den Ultra leicht buttern. Den Deckel auflegen und in den kalten Backofen stellen.

Bei 180°C Umluft (Ober-/Unterhitze: 200°C) ca. 75 Minuten backen.

Mit Dinkelbrot kann man gut abnehmen, da es sehr gesund ist und sehr sättigend ist.