

Olaf

Zutaten

- 500ml Buttermilch
- 70ml Wasser
- 15g Zuckerrübensirup
- 20g Hefe
- 450g Dinkelmehl Type 630
- 100g Dinkelvollkornmehl
- 100g Roggenmehl Type 1150
- 100g Haferflocken
- 50g Sesam
- 60g Leinsamen
- 30g Sonnenblumenkerne
- 20g Salz

Zubereitung

Tobias Kerler <http://pamperedchef.eu/feelpampered>

1. Buttermilch, Wasser Hefe und Zuckerrübensirup ganz leicht erwärmen..
(TM: 3 Minuten | 37 °C | Stufe 2)
2. Mit einer Küchenmaschine aus allen Zutaten einen geschmeidigen Teig kneten. Mindestens 5 Minuten kneten lassen.
(TM: 5 Minuten | Knetstufe)
3. Teig in eine Schüssel geben und abgedeckt ca. 2 Stunden gehen lassen.
4. Eine Teigunterlage bemehlen. Teig zu einem Brotlaib formen. Dazu den Teig immer wieder falten, bis der Teig Spannung aufgebaut hat. Etwas Mehl über das Brot streuen und einschneiden.
5. Den Backofen mit dem gusseisernen Topf auf 250 °C bei Ober-/ Unterhitze vorheizen.
6. Den vorgeheizten Topf mit Handschuhen aus dem Backofen nehmen, Deckel abnehmen und das Laib in den Topf stürzen.
7. Das Brot 45-50 Minuten backen.
8. Abschließend aus dem Topf holen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.



Feelpampered

Tobias Kerler



Leicht



1. Brot



Ca. 10 Minuten Zubereitung
Ca. 60 Minuten Backen



5,7 Liter Emaillierter gusseiserner Topf

Ofenmeister