

Roggen-Dinkel-VollkornBrot

200 g Malzbier, 240 g Wasser, $\frac{1}{2}$ Würfel Hefe $\frac{1}{2}$ TL Rübenkraut

alles bei 37° C im Thermomix 3 Minuten Stufe 1-2 verrühren.

*400 g RoggenVollkornmehl, 300 g DinkelVollkornmehl, 2 EL
Trockensauerteig, 1 EL Apfelessig (o.ähnliches), 2 TL Salz, 1 TL
Brotgewürz*

dazugeben und bei Teigmnetstufe 8 Minuten kneten

*Teig aus dem Thermi holen und auf einer mit etwas Öl bedeckten
Arbeitsfläche 8 - 10 x falten (stretch and fold)*

*In den runden Zaubermeister oder Römertopf (Backtrennmittel nicht
vergessen) legen, bemehlen und einschneiden.*

*ca. 1 Stunde gehen lassen - dann in den kalten Backofen bei 220° C
1 Stunde backen. 10 Minuten vor Ende der Backzeit den Deckel
abnehmen und den Backvorgang fortsetzen.*

Schmeckt prima und ist vollwertig.