

# Dinkelbrot

## Zutaten:

- 1 kg Mehl
- 6 dl Wasser
- 30 g Honig
- 30 g Butter/Margarine
- 20 g Hefe
- 20 g Salz (vorzugsweise Meersalz)

- Mehl in eine grosse Schüssel geben und Salz beifügen (gut mischen)
- Hefe in lauwarmen Wasser auflösen
- die aufgelöste Hefe, die Butter (Margarine) und den Honig dem Mehl dazugeben
- alles gut vermischen und intensiv kneten
- Kugel bilden, diese mit Mehl bestäuben und mit einem Tuch bedeckt an einem nicht zu warmen Ort 20 Minuten gären lassen.
- nochmals intensiv kneten
- wieder 20 Minuten gären lassen
- in längliche Cakesformen abfüllen (halbvoll)
- mit Tuch zudecken und 20 Minuten gären lassen
- mit kaltem Wasser bepinseln (gibt Glanz)
- in den auf 250 Grad vorgeheizten Backofen schieben (etwas tiefer als die Mitte)
- nach 10 Minuten Hitze auf 200 Grad reduzieren
- Backzeit insgesamt ca. 40 - 50 Minuten
- Nach der Backzeit das Brot sofort mit kaltem Wasser bepinseln, aus der Form nehmen und zum Auskühlen auf ein Gitter legen.



Gutes Gelingen



*Dieses Rezept stammt von einem Bäcker in Friesland!*