





Vollkornbrot ohne Kneten

1 Stück    gelingt leicht  bis zu 15 Min.



Zutaten:

Zum Vorbereiten:

Butter
2 EL Dinkelflocken

Teig:

250 g Dinkelmehl
125 g Weizenschrot
125 g Roggenschrot
1 Beutel Dr. Oetker Trockenhefe
100 g Sonnenblumenkerne
50 g Leinsamen
2 TL Salz
100 g Zuckerrübensirup
75 g fertiger Sauerteig (75g)
5 dl Buttermilch

① **Sauerteig ansetzen:**
Siehe Grundrezept Sauerteig

② **Vorbereiten:**
Den vorbereiteten Sauerteig bereit stellen.
Ofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze 220 °C
Heißluft 200 °C

Kastenform mit Butter einfetten. Dinkelflocken in die Backform streuen, gut verteilen und die überschüssigen Flocken aus der Form klopfen.

③ **Teig:**
Dinkelmehl, Roggenschrot und Weizenschrot in einer Schüssel mit Trockenhefe, Sonnenblumenkernen und Leinsamen mischen. Salz, Zuckerrübensirup, Sauerteig und Buttermilch hinzugeben und mit den Knethaken des Mixers vermischen bis ein glatter Teig entsteht.

Den Teig in die Backform füllen und mit einem Teigschaber glattstreichen.



Dr. Oetker AG/SA

Die Ofentemperatur nun auf 200 °C Ober- und Unterhitze (180 °C Umluft) reduzieren und das Brot 1 Std. 30 Minuten backen.

Das Brot mit einem Messer vom Backformrand lösen und in der Form etwa 10 Min. auskühlen lassen. Anschliessend das Brot auf ein Rost stürzen und nochmal 1 Std. auskühlen lassen.

Ober-/Unterhitze 200 °C

Heißluft 180 °C

Rille: in der unteren Hälfte des Backofens

