



## Vollkornbrot

Portionen: 1 Brot

### Zutaten

- ◆ 350 g Dinkel
- ◆ 350 g Roggen
- ◆ 10 g frische Hefe
- ◆ 1 TL Honig
- ◆ 3 TL Salz
- ◆ 1/2 TL Brotgewürz
- ◆ 2 EL Apfelessig
- ◆ 2 EL Sauerteig
- ◆ 1 EL Zimt
- ◆ ca.400 ml Wasser

### Zubereitung

Das Getreide mahlen und in eine Schüssel geben. Die Hefe und den Honig im Wasser auflösen und dazugeben. Die restlichen Zutaten hinzufügen und zu einem Teig kneten. Anschließend den Teig abgedeckt über Nacht ruhen lassen.

Am nächsten Tag den Ofen auf 200 Grad Ober- Unterhitze vorheizen.

Den Teig kurz durchkneten und dann zu einem Laib formen. Im Anschluss daran auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und zunächst für 30 min bei 220 Grad backen. Danach 20 Min. Bei 185 Grad und dann den Ofen ausschalten. Das Brot bleibt allerdings im ausgeschalteten Ofen für weitere 10 weitere Minuten.

Das Brot am kann angeschnitten werden, wenn es komplett abgekühlt ist.

Guten Appetit!

