



Daten

| | |
|------------------|---------|
| Teiggesamtwicht | 520 g |
| Teigeinlage | ca. 86g |
| Anzahl Teiglinge | 6 |
| Teigausbeute | 178 |

| | | |
|---------------------------|--|---|
| Vorteig | 50g 50g 0,1g | Weizenmehl 550 Wasser (18-20°C) Hefe |
| | | Zutaten vermischen und 12-20 Stunden bei 20-22°C reifen lassen. |
| Quellstück | 10g 10g 10g 10g 40g 5g | Haferflocken (grob) Sojaflocken Quinoaflocken Dinkelschrot Wasser (18-20°C) Salz |
| | | Die Zutaten miteinander vermischen und 8-14 Std. bei 6-8°C quellen lassen. |
| Hauptteig | 15g 25g 25g 15g 110g 130g 7g 3,5g 2,5g | Vorteig Quellstück Buchweizenmehl Einkornvollkornmehl Waldstaudenroggen Gerstenvollkornmehl Weizenmehl 1050 Wasser (18-20°C) Leinöl Backmalz (inaktiv) Hefe |
| Kneten | | Alle Zutaten 8 Minuten auf niedrigster Stufe und 3 Minuten auf zweiter Stufe kneten. |
| Stockgare | | Bei 6-8°C 10-12 Stunden gehen lassen. |
| Aufarbeiten | | Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, rechteckig ziehen und 6 rechteckige Teiglinge (ca. 86g) abstechen. Die Teiglinge mit der Oberseite auf ein feuchtes Tuch geben und dann in feinen Haferflocken und Dinkelschrot wälzen. Auf Backpapier abgedeckt 1-1 1/2 Std. bei 20-22°C ruhen lassen. |
| Backofen vorheizen | | Den Backofen auf 250°C vorheizen. |
| Backen | | Bei 230°C insgesamt 18-20 Minuten mit (wenig) Dampf backen. Nach 6 Minuten die Ofentüre weit öffnen um den Dampf abzulassen. In den letzten 3-5 Minuten die Ofentüre einen Spalt öffnen bzw. auf Umluft schalten um eine rösche Kruste zu erhalten. |