

# „Sonnen Dinkel-Körnerbrot“



140 Jahre Tradition im Müllerhandwerk

**Unser uriges Mischbrot, hat es in sich: Kraftvoll mit jedem Biss**

Inhaltsstoffe der Backmischung:

Dinkelvollkornmehl, Weizenvollkornmehl, Weizenmehl, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne!

Für die traditionelle Zubereitung wird zusätzlich benötigt:

950g-Beutel: 1L Wasser, 5 Eßl. Öl, 42g Frischhefe, 1 Eßl. Salz, 2 Teel. Zucker,

475g-Beutel: ½L Wasser, 2,5 Eßl. Öl, 21g Frischhefe, ½ Eßl. Salz, 1 Teel. Zucker.

Einfache traditionelle Zubereitung:

1. Alle Zutaten der Backmischung in einer Schüssel gut durchmischen.
2. Lauwarmes Wasser, Hefe, Zucker und Öl dazugeben
3. Danach den Teig geschmeidig kneten
4. Den Teig an einem warmen Ort 12 Stunden gehen lassen
5. Den Teig nochmals gut durchkneten bzw. falten.
6. Teig in Form bringen (Kastenform oder von Hand als Brotlaib geformt)
7. Teig nochmals zugedeckt bei Zimmertemperatur 1 Stunde ruhen lassen
8. Den Ofen auf 200° C Unterhitze erhitzen
9. Das Brot auf der 2. Schiene des Backofens 60-70 Min. backen und nach der Backzeit auf einem Gitter abkühlen lassen



**Lass' die Sonne in deinen Magen ☺**



**Natürlich - Traditionell - Regional- Einfach und lecker**