Kreuzkümmel Vollkornbrot

FOOD STOCK

Für 1 Brot à 500 g
Dauer: ca. 20 min + 3 h gehen lassen + 40 min. Backzeit

Zutaten

- 155 g Vollkornmehl
- 155 g Ruchmehl (1050)
- 250 ml Wasser
- 1/2 EL Kreuzkümmel
- 15 g Hefe
- 5 g beliebige Samen
- 5 g Salz

Zubereitung

1. Kreuzkümmel im Mörser ein wenig zerkleinern

2. Mehle und Kreuzkümmel in eine Schüssel geben, Hefe dazubröckeln und mischen

3. Wasser dazugiessen und 3 min. auf der 1. Stufe der Knetmaschine 3 min. mischen

4. Salz und Samen dazugeben und 1 min. weitermischen

5. 5 min. auf der 2. Stufe der Knetmaschine kneten

6. Teig zugedeckt 90 min. gehen lassen

7. Teig zu einer Kugel formen, flach drücken und von oben und unten zur Mitte falten

8. Teig umgekehrt in eine Cakeform (mit Backpapier ausgekleidet) legen

9. Zugedeckt erneut 90 min. gehen lassen, gegen Ende der Zeit Backofen auf 230°C vorheizen

10. Brot mit Vollkornmehl bestäuben und längs senkrecht einschneiden

11. Auf der untersten Rille in den Ofen schieben, Ofenwände grosszügig mit Wasser besprühen und 10 min. backen

12. Temperatur auf 180°C reduzieren und weitere 30 min. backen