



SCHWARZBROT ERNA

von Heike Schoon



ZUTATEN

125 g Roggenmehl (Type 1150 oder 1370)
125 g Roggenschrot
125 g Dinkel-/Weizenmehl (Type 1050)
125 g Dinkel-/Weizenschrot
2 EL Sauerteig
500 ml Buttermilch + 50 g Wasser
2 EL Nuss Creme*

25 g Meersalz
4 EL Leinsamen
etwas Schrot für die Form und als Topping

Nach Geschmack:
3-4 EL Sonnenblumenkerne, Haselnüsse und/oder
Kürbiskerne



ZUBEREITUNG

Für den Vorteig Mehl, Schrot, die Flüssigkeiten und den Sauerteig in einer großen Rührschüssel zu einem Teigbrei verarbeiten und für ca. 24 Stunden abgedeckt bei Zimmertemperatur reifen lassen.

Am nächsten Tag Nuss Creme, Salz, Leinsamen und ggf. Sonnenblumenkerne etc. hinzufügen und alles gut einarbeiten.

Eine Brotbackform (z.B. Kleiner Zaubermeister Lily) sehr gut einölen (oder buttern) und mit Schrot ausstreuen. Den Teig einfüllen, glattstreichen und mit etwas Schrot toppen. Nochmals 30 Minuten abgedeckt/mit Deckel ruhen lassen.

Währenddessen den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Brot in den heißen Backofen schieben (Lily: auf Rost im unteren Drittel), Temperatur auf 170°C zurückstellen (!) und ca. 90 Minuten backen. Die Brotbackform ggf. im Laufe der Backzeit mit Alufolie abdecken, falls die Oberseite zu dunkel wird. Bei der Lily schützt der aufgesetzte Deckel.

Nach der Backzeit die Form auf einem Kuchengitter abstellen, den Deckel abnehmen und vor dem Stürzen einige Minuten ruhen lassen.

Tipp:

Das Brot lässt sich am Folgetag besser schneiden als direkt nach dem Backen.
Gut auch zum portionsweisen einfrieren!

*Edelschmaus Originalprodukt

selbstständiger Berater
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz