

Dinkel-Vollkorn-Brot

Zutaten:

- 1 kg Dinkelvollkornmehl
- 1 EL Salz
- 750 ml Wasser
- 1 Würfel Germ (Hefe)
- 4 EL Essig
- 2 EL Sesam
- 2 EL Sonnenblumenkerne
- 2 EL Leinsamen
- 1 TL Brotgewürz

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem weichen Teig verkneten und anschließend auf zwei mit Backpapier ausgelegte Kastenformen verteilen. Darin 1/2 Stunde rasten lassen. Mit Wasser besprühen und mit Körnern bestreuen.

Bei Heißluft 190° C, 1 Stunde backen.

