

Sundwiger Dinkel-Ruchbrot

1.000 g	Sundwiger Dinkel-Vollkornmehl 1700
22 g	Salz
8 g	Backmalz, enzym-inaktiv
15 g	Rapsöl
40 g	Hefe
680 ml	Wasser, lauwarm



Kneten (Spiralkneter) 3 Minuten langsam mischen/kneten
 2 Minuten mittel-schnell kneten

60 Minuten Teigruhe im Kneter, annähernd Volumenverdopplung

Teiglinge wiegen & formen, möglichst wenig kneten (für unregelmäßige, grobe Ruchbrot-Porung).

Mit dem Schluss nach unten aufsetzen, leicht bemehlt in Leinen legen. Stückgare ca. 20 Minuten.

Kurz vor dem Einschießen in Längsrichtung leicht schräg und tief einschneiden.

Bei $\frac{3}{4}$ Gare einschießen, Schwaden geben. Nach wenigen Minuten abschwaden.

Ofentemperatur 230°, fallen lassen unter 200°.

Backzeit ca. 45 Minuten je nach Brotgröße und Ofen.