



*Jans Tipp:*

## Dinkelbrötchen/ baguette *mit Mohn*

basierend auf diesem Rezept:

<https://www.hefe-und-mehr.de/2012/02/helle-dinkelbrtchen/>

**Vorteig:** 30g Dinkelmehl / 150 g Wasser / 8 g Salz

**Hauptteig:** Vorteig / 185 g Dinkelvollkornmehl / 185 g Dinkelmehl 630 / 140 g kaltes Leitungswasser / 10 g Voelkel Sanddorn Vollfrucht / 3 g Hefe

**Vorteig:** Salz und Mehl in das kalte Wasser in einem Topf mit einem Schneebesen einrühren bis alle Klümpchen aufgelöst sind. Die Mischung unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze kurz aufkochen. Die Masse wird zum "Pudding" (Kochstück). Den Topf von der Platte nehmen und noch etwas weiter rühren. Dann das Kochstück mit Hilfe eines Teigschabers möglichst vollständig in eine Schüssel geben, die nahezu gefüllt wird, mit einem Teller abdecken und auf Raumtemperatur abkühlen lassen (3-4 Stunden).

**Hauptteig:** In einer großen Teigschüssel (etwa 3 Liter) die Hefe in dem Wasser auflösen. Anschließend das Mehl, das Kochstück und die übrigen Zutaten hinzufügen. Die Zutaten mit einem Handmixer (Teigkneteter) in einigen Minuten zu einem glatten und geschmeidigen Teig verkneten. Die Sanddornfruchtzubereitung enthält viel Vitamin C und hilft dem Dinkel, ein gutes Klebergerüst zu entwickeln. Die Fruchtzubereitung kann man gut einfrieren und gefroren mit dem Löffel Portionen entnehmen. Den Teig bei Raumtemperatur 1 1/2 Stunden mit einem Teller oder Deckel abgedeckt ruhen lassen und nach 30, 60 und 90 Minuten mit der Teigkarte in der Schüssel dehnen und falten. Dazu mit der Teigkarte in mehreren Runden immer wieder unter den Rand des Teiges fassen und diesen auf die andere Seite der Schüssel überklappen und dabei etwas langziehen. Der Teig wird dadurch straffer und geschmeidiger.

**Stockgare:** Etwa 7 - 8 Stunden bei etwas weniger als Raumtemperatur (z.B. kalter Flur, Keller usw.) und immer noch abgedeckt ruhen lassen. Wenn nur Raumtemperatur oder mehr (Sommer) zur Verfügung steht, dürfte sich die Zeit der Stockgare verkürzen. Der Teig soll deutlich aufgehen (mehr als zweifach), fruchtig riechen und oben können größere Beulen von Blasen sichtbar sein. Es bietet sich an, den Teig z.B. um 22:00 Uhr zur Stockgare zu stellen, ihn um 6:00 Uhr morgens weiterzubearbeiten und die Brötchen frisch zum Frühstück zu servieren.

### **Aufarbeiten:**

*Brötchen:* Den Teig vorsichtig (mit Hilfe einer Teigkarte in einem Stück aus der Schüssel gleiten lassen, nicht langziehen) auf das gut bemehlte Backbrett geben und in 8 gleiche Teile teilen. Diese jeweils langwirken: Erst rundscheifen nach der vereinfachten Methode ([Link zum Video unten](#)) und dann, der Teigling liegt mit dem Schluss (der krumpeligen Seite) oben, die hintere Hälfte des runden Teigstücks über die vordere klappen und den Teigling etwas rund rollen. Mit dem Schluss (Naht vom Zusammenklappen) einmal in Mehl auf dem Brett stippen, damit die Teiglinge von unten nicht so kleben. Die Teiglinge auf einem flachen Teller ablegen (oder einzeln in der Hand halten) und oben z.B. mit einem Backpinsel mit Wasser anfeuchten (es soll kein See darunter entstehen). Die obere Seite der Teiglinge leicht in Mohn (oder z.B. auch Sesam) drücken und wieder mit der Unterseite auf dem bemehlten Backbrett ablegen. Nun die Teiglinge mit einem scharfen Messer der Länge nach gut 1 cm tief einschneiden. Der Schnitt schließt sich sofort wieder, reißt aber beim Backen wieder auf. Jetzt die Teiglinge mit der Unterseite nach oben auf einem mit einem Leinentuch (z.B. auberes Geschirrhandtuch aus Leinen) abgedeckten Brett mit einem Abstand von 3-4 cm ablegen. Wenn die Oberseite oben wäre, würde der Schnitt aufgehen.

Sollen Brötchen ohne Mohn gebacken werden, bietet es sich an, den Schnitt erst nach der Stückgare zu machen und dabei das Messer (gut ist auch eine Rasierklinge, vorsicht sehr scharf!) etwa in einem 45°-Winkel zu halten. Dadurch ergibt sich eine andere Form beim Aufgehen im Ofen. Wie es gefällt.

*Baguette:* Den Teig vorsichtig auf das gut bemehlte Backbrett geben und in 3 gleiche Teile teilen. Die Teiglinge wie in dem Video ([Link unten](#)) zu Baguettes aufarbeiten. Nach der Stückgare (s.u.) lege ich die Brote (anders als in dem Video) auf einen mit Gries bestreuten Pizzaschieber (es geht auch ein dünnes Brett, welches quer in den Ofen passt) und schneide sie dann ein. Die Schnitte gehen am besten mit einer Rasierklinge (vorsicht, sehr scharf!). Dann schiebe ich die Baguettes mit einem hölzernen Crêpes-Wender (oder ähnlich) auf ein in dem Ofen aufgeheiztes Blech. Wenn der Teig zu klebrig oder zu warm geworden ist, kann es aber hier auch schwierig werden. Mit einem Baguetteblech habe ich keine Erfahrung. Backpapier nehme ich nie, da dieses nur bis 220° ausgelegt ist und bei Baguettes ziemlich schwarz wird (gesund?).

**Stückgare:** Die Teiglinge im Leinen abgedeckt etwa 25 bis 45 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen. Bei doppelter Teigmenge kann man z.B. erst die Brötchen und dann die Baguettes backen.

**Backen:** Den Ofen etwa ab 25 Min vor Ende der Stückgare auf 230 ° C (Baguette 250°) mit einem möglichst schweren Emailleblech oder einem Backstein (dann länger heizen) auf der unteren Schiene vorheizen. Wenn die Temperatur erreicht ist, die Brötchenteiglinge direkt aus dem Leinentuch auf das heiße Blech legen und dabei den Ofen so kurz wie möglich offen lassen. Den Ofen nach 2 bis 3 Minuten auf 200° C runterstellen und etwa 20 Min backen. Bei Baguettes die Temperatur erst nach dem Schwaden (s.u.) auf 220 ° runterstellen.

**Schwaden:** Direkt am Anfang des Backens Dampf erzeugen (nicht am Anfang des Aufheizens). Ich mache das mit einer kleinen Servierpfanne, die mit (gewaschenen) Edelstahlschrauben gefüllt ist und auf dem Backofenboden so weit vorne wie möglich mit aufgeheizt wurde. Auf die Schrauben gieße ich in einem schnellen Schwung etwa 50 ml kaltes Wasser wenn die Brötchen/Baguettes im Ofen sind und schließe schnell die Ofentür. Vorsicht, es kann heiß spritzen! Es geht auch ohe Dampf. Allerdings wird die Kruste nicht so lecker, die Brötchen/Bagette gehen nicht ganz so schön auf und reißen leichter neben dem Schnitt ein.

Videos zur Teigbearbeitung:

[https://www.youtube.com/watch?  
app=desktop&v=QSx3Js14JUU&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=QSx3Js14JUU&feature=emb_logo)

<https://www.youtube.com/watch?v=HuNGR9Oxvug>

<https://www.youtube.com/watch?v=KVzrU5g1wU8>

