Dinkelweizenkastern No. 1

# Sauerteig

|  |  |
| --- | --- |
| 70g | Roggenvollkorn |
| 70g | Wasser 24 Grad |
| 7g | Roggenanstellgut |

Sauerteigzutaten vermischen und 18-24 reifen lassen

# Poolish

|  |  |
| --- | --- |
| 30g | Weizenmehl Type 1150 |
| 60g | Wasser 24 Grad |
| 1g | Hefe |

Zutaten vermischen und bei Zimmertemperatur mit einem Tuch abgedeckt 12 Stunden reifen lassen

# Brühstück

|  |  |
| --- | --- |
| 30g | Leinsamen |
| 20g | Sonnenblumenkerne |
| 50g | Kochendes Wasser |

Kochendes Wasser über die Kerne schütten und mit einem Stück Frischhaltefolie luftdich abdecken. Auf Zimmertemperatur abkühlen lassen und in den Kühlschrank stellen. Insgesamt 18 Stunden verquellen lassen.

# Hauptteig

|  |  |
| --- | --- |
| 147g | Sauerteig |
| 91g | Poolish |
| 100g | Brühstück |
| 200g | Dinkelmehl Type 916 |
| 200g | Dinkelvollkornmehl |
| 165g | Wasser (20 Grad) |
| 5g | Hefe |
| 10g | Inaktives Dinkelbackmalz |
| 10g | Salz |

Alle Zutaten 4 Minuten lang auf niedrigster Stufe kneten. Danach weitere 4 Minuten auf 2. Stufe weiterkneten. Es es entsteht ein zäher Teig, der sich beim Kneten von der Schüsselwand löst.

Den Teig 60 Minuten bei 21 Grad ruhen lassen.

Den Teig auf eine bemehlte Fläche geben und in eine lange Form wirken. Den Teigling mit Schluss nach unten in eine gefettete Kastenformlegen.

Stückgare bei 24 Grad für 90 Minuten. Teilling abdecken und ab und an einsprühen, damit die Oberfläche nicht antrocknet

Den Ofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teigling nochmal einsprühen und mit viel Dampf auf einem heißes Blech oder Backstein einschießen.

Nach 8 Minuten den Schwaden ablassen und weitere 47 Minuten bei 185 Grad backen. Die letzten 15 Minuten das Brot aus der Form nehmen und weiterbacken. So bekommt es eine stabilere Kruste.