

Dinkel-Buttermilch-Brot (nach Lutz Geißler)

Mehlkochstück (2 - 4 Stunden vorher)

47g	Dinkelvollkornmehl	In einem Topf mit dem Schneebesen klümpchenfrei verrühren und unter Rühren aufkochen bis die Mischung zu einer puddingartigen Masse eindickt. Abgedeckt vollständig abkühlen lassen.
235g	Kaltes Wasser	
19g	Salz	

Saaten-Quellstück (2 - 4 Stunden vorher)

40g	Leinsaat (evtl. geschrotet)	In einer Schüssel vermischen, abgedeckt quellen und vollständig abkühlen lassen.
40g	Sonnenblumenkerne	
40g	Kürbiskerne	
120g	heißes Wasser	

Hauptteig

	Mehlkochstück	Alle Zutaten mit der Küchenmaschine oder mit den Händen gründlich verkneten.
	Saatenquellstück	Den Teig vor dem Antrocknen geschtzt (z.B. mit einer Duschhaube) 20 bis 24 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.
500g	Buttermilch	Dabei nach 2 bis 8 und nach 12 bis 18 Stunden dehnen und falten (den Teig mit der Hand oder einem Teigschaber rundum von Rand zur Mitte ziehen). Wenn der Teig sein Volumen etwa verdoppelt hat, kann er weiterverarbeitet werden.
465g	Dinkelvollkornmehl	
400g	Dinkelmehl T630	
25g	Anstellgut Dinkel oder Weizen	In einem warmen Raum oder im Sommer reift der Teig schneller und kann schon nach 16 bis 17 Stunden bereit zum Formen sein.

Den Teig teilen und beide Stcke auf der bemehlten Arbeitsfläche vorsichtig falten, um die Teigoberfläche zu straffen und rund wirken.

Mit dem Schluss nach unten in bemehlte Gärkörbchen geben und 1 Std. bei Raumtemperatur gehen lassen.

Zwei Gusseisentpfe (z.B. 20cm und 24cm) mit Deckel im Backofen bei 250°C Ober- und Unterhitze 30 bis 40 Min. aufheizen.

Den Teigling mit dem Schluss nach oben in den Topf geben und den Deckel auflegen.

Die Temperatur auf 210°C senken und das Brot 35 Min. backen. Den Deckel abnehmen und das Brot weitere 12 bis 15 Minuten fertigbacken. Auf einem Gitter auskühlen lassen.