



400 gr.	Dinkelvollkornmehl	(Rezept für 2 Brote)
500 ml	Buttermilch	
250 ml	Joghurt	
225 gr.	Rübensirup	
1 ½ P.	Frischhefe	
300 gr.	Dinkelschrot, (grob gemahlen)	
300 gr.	Roggenschrot, (grob gemahlen)	
150 gr.	Haferflocken	
75 gr.	Leinsamen	
1 ½ TL	Salz	

Aus Dinkelvollkornmehl, Buttermilch, Joghurt, Rübensirup und der Frischhefe wird ein Ansatz angerührt, der für ca. 40 Minuten bei 40°C mit einem Geschirrtuch abgedeckt in den Ofen gestellt wird. Nach der Zeit wird der Ansatz mit den restlichen Zutaten verknetet.

Diese etwas weichere Teigmasse wird dann in zwei Kastenformen gefüllt und zum Gehen für 40 Min. bei 50°C in den Ofen geschoben. *(Man kann vorher die Brote mit Haferflocken bestreuen)*

Danach den Ofen auf 130°C ohne Umluft einstellen und 1 Std. backen.

Dann die Brote mit Alufolie abdecken und für 2 weitere Std. backen.

Damit die Brote eine weiche Kruste bekommen und frisch bleiben, verpackt man sie nach dem Auskühlen in Alufolie. *(sie dürfen beim Einpacken noch handwarm sein)*
