

## Schnelles und saftiges Vollkornbrot

Hmmmm... dieser Duft nach frisch gebackenem Brot - einfach traumhaft!



### **Zutaten:**

500 Gramm Dinkel Vollkornmehl

150 Gramm Körner, Flocken, Samen oder Nüsse oder eine Mischung aus allen vier (zB Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Walnüsse, Haferflocken, Quinoa Flocken, Leinsamen, Chia Samen)

500 ML Wasser

1 Würfel Germ (Hefe) oder 1 Päckchen Trockengerm

2 - 3 TL Salz

2 EL Balsamico Essig

### **Zubereitung:**

Alle Zutaten in der genannten Reihenfolge mischen und in der Küchenmaschine oder mit dem Rührgerät mit den Knethaken zu einem Teig verarbeiten. Ich lass den Teig ca. 45-60 Min zugedeckt an einem warmen Ort gehen. Es funktioniert aber auch ohne den Teig gehen zu lassen. Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegt Kastenform füllen.

Dann die Form in den kalten Backofen auf den Rost in die Mitte stellen und bei Ober-/Unterhitze 200°C ca. eine Stunde backen. Noch besser wird es in einem Backofen mit Dampfzufuhr.

Guten Appetit!