



# STRICKER & CIE AG

HANDELSMÜHLE

9472 GRABS

Onlineshop für Qualitäts-Mehl und Tierfutter: [www.mehlundfutter.ch](http://www.mehlundfutter.ch)

## Dinkelbrot

### Rezept

300 g Dinkelmehl

---

100 g Brötlimehl Typ 550

---

16 g Back-Star

---

20 g Hefe

---

7 g Salz

---

7 g Zucker

---

300 g Milch

---

1 Eigelb

---



Das Rezept ist berechnet für zwei Dinkelbrote

**Kneten:** Mehl und Salz mischen. Hefe und Zucker in kalter Milch lösen. Alles zusammenfügen und schonend zu einem mittelfesten Teig kneten.

---

**Ruhephase,** Den Teig zugedeckt ruhen lassen, bis er doppelte Grösse erreicht hat (ca. 1 – 2 Stunden / siehe Bemerkungen).  
**Bearbeitung:** Anschliessend den Teig in eine gefettete Form geben, Oberfläche mehrfach schräg einritzen und nochmals zugedeckt ca. 20 – 40 Minuten ruhen lassen.

---



# STRICKER & CIE AG

HANDELSMÜHLE

9472 GRABS

Onlineshop für Qualitäts-Mehl und Tierfutter: [www.mehlundfutter.ch](http://www.mehlundfutter.ch)

**Backen:** 10 Minuten im auf 210 °C vorgeheizten Ofen, auf der zweituntersten Rille. Anschliessend auf 180 °C stellen und für 30-35 Minuten fertig backen. Falls das Brot zu dunkel wird, die Oberfläche mit Alufolie abdecken.

---

**Tipps:** Die Teiglinge mit etwas Wasser besprühen / anfeuchten, bevor sie in den Ofen geschoben werden. Zusätzlich ein feuerfestes Gefäss mit heissem Wasser mit in den Ofen stellen. Das Brot geht so besser auf.

---

**Bemerkung:** Die Zeitangaben der Ruhephase / Bearbeitung variieren je nach Raumtemperatur (RT). Die Zeitangaben verkürzen sich bei höherer RT (Sommer), und verlängern sich bei tieferer RT (Winter). Die Zeitintervalle wurden deshalb grosszügig gewählt.

Ruhephase	Hohe RT (> 25 °C)	Tiefe RT (< 20 °C)
ganzer Teig (*)	eher 1 Stunde	eher 2 Stunden
geformte Teiglinge	eher 20 Min.	eher 40 Min.

(\*) Anstatt auf die RT und die Zeit zu schauen, kann man auch einfach darauf achten, wie stark der Teig aufgegangen ist. **Wenn er die doppelte Grösse erreicht hat, ist die erste Ruhephase vollendet.**

---