

Du benötigst insgesamt

für 9 Stück zu je etwa 80 g

410 g Dinkelmehl 630
120 g Joghurt
70 g Dinkelvollkornmehl
50 g Apfel
10 g Pflanzenöl
10 g Salz
4 g Frischhefe

SO SAFTIG, LOCKER UND LECKER.
NIEMAND WIRD GLAUBEN, DASS ER
GERADE DINKELBRÖTCHEN ISST.



DINKEL- ADVOKATEN

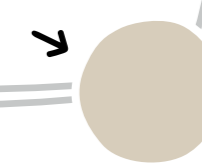
DINKELBRÖTCHEN

HAUPTTEIG

50 g Apfel*, mit oder ohne Schale
fein gerieben
120 g Joghurt 5°C
145 g Wasser 50°C
10 g Pflanzenöl
10 g Salz
410 g Dinkelmehl 630
70 g Dinkelvollkornmehl
4 g Frischhefe



* KNAPP 1 APFEL

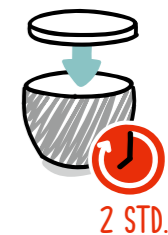


KUGELGRÖSSE VON
4 g HEFE

- 1 Apfel, Joghurt und Wasser in einer Schüssel verrühren.
- 2 Öl, Salz, Mehle und Hefe zugeben.
- 3 Von Hand vermischen, bis ein homogener, mittelfester Teig entstanden ist und alle Zutaten restlos eingearbeitet sind (Teigtemperatur etwa 24 °C).
- 4 Mit einer Abdeckhaube, einer Klarsichtfolie oder einem Deckel abdecken.



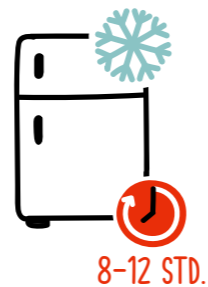
- 5 2 Stunden bei Raumtemperatur (20–22 °C) ruhen lassen. Nach 30, 60 und 90 Minuten dehnen und falten.



DEHNEN UND FALTEN GIBT
DEM TEIG STÄRKE UND BRINGT
VOLUMEN INS BROT.



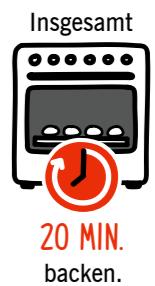
- 6 Wenn sich das Teigvolumen um gut die Hälfte vergrößert hat, den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben.
- 7 Den Teig bemehlen und schonend von unten her rechteckig ziehen.
- 8 Mit der Teigkarte neun eckige Teigstücke portionieren. Das enthaltene Gas sollte möglichst im Teig bleiben.
- 9 Die Teiglinge in ein gut bemehltes Tuch setzen.
- 10 Mit einem Tuch und darüber mit einer Klarsichtfolie abdecken.
- 11 8–12 Stunden bei 6–7 °C im Kühlschrank reifen lassen.



- 12 Den Backofen mit einem Backstein oder Backblech auf 230 °C vorheizen.
- 13 Die um knapp die Hälfte ihres Ausgangsvolumens vergrößerten Teiglinge mit der Unterseite nach oben auf Backpapier setzen.
- 14 Mit einem scharfen Messer etwa 1 cm tief rautenförmig einschneiden.



- 15 Auf dem vorgeheizten Backstein oder Backblech backen und kräftig bedampfen. Insgesamt 20 Minuten backen.
- 16 Die Brötchen auf einem Gitterrost auskühlen lassen.



MÖGLICHER ZEITPLAN

ALLES AUF EINEN BLICK DINKELADVOKATEN

START



19:00 UHR

Hauptteig mischen.

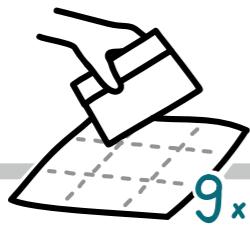
HAUPTTEIG

- 50 g Apfel, mit oder ohne Schale
fein gerieben **5°C**
- 120 g Joghurt **5°C**
- 145 g Wasser **50°C**
- 10 g Pflanzenöl
- 10 g Salz
- 410 g Dinkelmehl 630
- 70 g Dinkelvollkornmehl
- 4 g Frischhefe

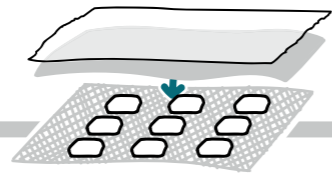
Dehnen + falten
NACH 30, 60 + 90 MIN.



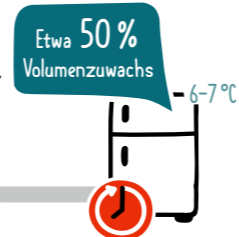
2 STD.
ruhen lassen.



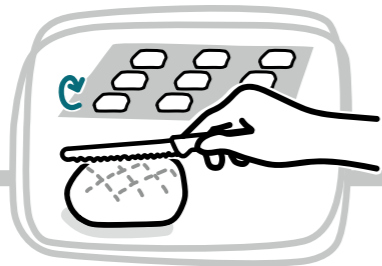
Teiglinge abstechen. **9x**



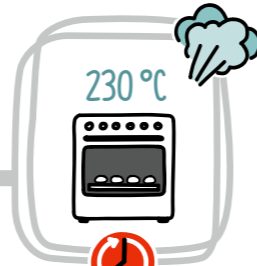
Teiglinge auf ein gut bemehletes
Tuch setzen.



8-12 STD.
im Kühlschrank
reifen lassen.



Teiglinge mit der Unterseite nach oben auf
Backpapier setzen, einschneiden und auf heißes
Backblech oder heißen Backstein schieben.



20 MIN.
mit Dampf backen.



21:00 UHR

Teiglinge formen.



30-45 Min. vorher Ofen
auf 230 °C vorheizen.



Zwischen 5:00 und 9:00 UHR

einschneiden
und backen.

TIPP: BRÖTCHEN EINFRIEREN UND AUFTAUEN



Brötchen können gut auf Vorrat gebacken und im Tiefkühlschrank 1-2 Monate aufbewahrt werden. Die fertig gebackenen Brötchen gleich nach dem Auskühlen in Gefrierbeutel packen, die Luft herausdrücken und gut verschlossen schnell auf unter -18 °C bringen. Zum Auftauen den Ofen auf 230 °C Umluft/Heißluft vorheizen, die gefrorenen Brötchen kurz nass sprühen oder unter den Wasserhahn halten und auf Backpapier 5 Minuten aufbacken. Den Ofen ausschalten, aber die Brötchen noch 3-5 Minuten im Ofen lassen.

