



HAUSBROT „HLW FOHNSDORF“

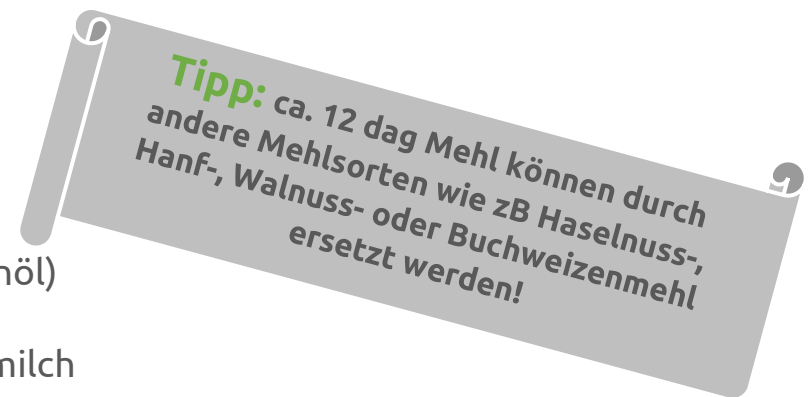
Zutaten (4 Personen):

Germteig:

25 dag frisch gemahlene Dinkelmehl,
25 dag griffiges Weizenmehl, 5 dag Walnussöl, (Sonnenblumenöl)
Salz, 1 EL Leinsamen geschrotet, 1 EL Kürbiskerne gemahlen
4 dag Frischgerm oder 1 Packerl Trockenger, ¼ Liter Buttermilch

zum Bestreichen: Wasser oder Ei

zum Bestreuen: wahlweise Brotgewürz, Sesam,



ZUBEREITUNG

- Arbeitsplatz richten – Rohr auf 40 Grad vorheizen
- Alle Zutaten für den Germteig in eine Schüssel geben
- Mit den Knethaken zu einem glatten Teig kneten
- Mit feuchtem Tuch bedecken – „gehen lassen“ -
(im Rohr auf einem Rost oder im warmen Wasserbad) bis sich das Volumen verdoppelt hat
- Auf leicht bemehlter Fläche zu Wecken/Knopfsemmeln formen, auf das mit Backtrennpapier belegte Blech heben
- Bestreichen, bestreuen – „gehen lassen“
- Backen bei ca. 175 Grad (Zeit variiert je nach Form des Gebäcks!)