



Lokale Agenda 21 Falkensee AG Umwelt

Rezepte

Förderverein
Lokale Agenda 21 Falkensee e.V.

Am Gutspark 4
14612 Falkensee
Tel. 0 33 22 - 4 23 68 17
Fax 0 33 22 - 4 33 68 18

www.agenda21-falkensee.de
umwelt@agenda21-falkensee.de

Dinkelbrot

Kastenform 30 cm x 10 cm

500 ml lauwarmes Wasser

½ Würfel frische Hefe

3 gestrichene TL Salz

2 EL Essig

alles verrühren, bis die Hefe sich aufgelöst hat

525 g Dinkelvollkornmehl oder 630'er (auch lecker je zur Hälfte)

(oder 125 g Buchweizengrütze + 400 g Dinkelmehl)

dazugeben und mit dem Löffel gründlich verrühren (ca. 1 Minute)

Nach Belieben noch 2 Kaffeetassen voll mit Körnern, Nüssen oder klein geschnittenen Trockenfrüchten dazugeben, Brotgewürz wenn man mag und nochmals verrühren.

Die Kastenform mit Backpapier auslegen, den Teig hinein geben und in den kalten Backofen schieben.

Bei 180°C Ober- und Unterhitze 70 Min. auf der untersten Schiene backen (Hölzchen Probe).

Nach dem Backen den Laib sofort aus der Form nehmen, Backpapier vorsichtig abziehen und auf einem Gitter im ausgeschalteten Backofen bei geöffneter Ofenklappe abkühlen lassen.