



farmgoodies
So entsteht das Gute

DOMINIK SÜSS 5-MINUTEN-LEINSAMEN-BROT

Erstellt am 10.02.2023

nach einem Rezept von Shootingstar & Kochtalent Dominik Süß

🔪 leicht ⌚ 5 min

... Irgendwann kennt jeder irgendjemanden, der das Dominik-Süß-5-Minuten-Brot liebt 🤩 ... (O-Ton Dominik Süß)



ZUTATEN

- 400g (Dinkel) Vollkornmehl
- 100g Bio Leinsamenmehl Farmgoodies
- 1 Würfel Hefe, zimmerwarm
- Insgesamt 160g Körndl (Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Leinsamen von Farmgoodies & Walnüsse zu jeweils 40g)
- 5 EL dunkler Balsamico Essig
- 1 EL Leinöl Farmgoodies
- 1 EL Honig, optional
- 2 TL Salz
- 450ml warmes Wasser

ZUBEREITUNG

1. Erst das warme Wasser in eine große Schüssel geben.
2. Die Hefe hineinbröckeln und mit einem Löffel verrühren.
3. Alle restlichen Zutaten dazugeben und rühren, bis alles gut miteinander vermischt ist.
4. Nach nur 5 Minuten - eine Kastenbrotform mit etwas (Lein)Öl einfetten und den Teig hineingeben.
5. Ein paar Kerne (Leinsamen) auf dem Teig verteilen und das Brot nun in den kalten Ofen schieben.
6. Den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze stellen und das Brot für eine Stunde im Ofen backen. Darauf achten, dass es nicht zu braun wird.

TIPP 🖐️ Bevor Du das Brot in den Backofen schiebst 🖐️

Die mit Teig befüllte Form am besten ein paar mal auf die Arbeitsfläche klopfen, damit größere Luftblasen entweichen können.

Der Teig tendiert nämlich dazu Luftblasen zu bekommen, die sich in Form von Löchern im Brot äußern.

Dadurch bekommst du besonders schöne und gleichmäßige Poren was auch für ein besonders fluffiges Brot spricht!

