

# Schnelles Dinkelvollkornbrot – gesund und lecker

Seit über einem Jahr gibt es bei uns zu Hause fast nur noch dieses selbstgebackene Brot. Es ist superlecker, gesund und der Teig ist in 5 Minuten gemacht. Er muss nicht gehen und kommt direkt in den kalten Backofen. Unkomplizierter geht es nicht. Außerdem lässt sich das Brot wunderbar variieren, je nachdem welche Zutaten gerade vorrätig sind.

**Viel Spaß beim Ausprobieren und Guten Appetit!**



## **Zutaten:**

- 600g Dinkelvollkornmehl
- 200g Weizenvollkornmehl
- 1 Würfel Hefe
- 750ml lauwarmes Wasser
- 3 EL Kräuternessig (oder anderen Essig)
- 3 TL Salz
- Fett für die Brotform
- Sesam, Haferflocken oder andere Körner zum Bestreuen

Alle Teigzutaten mischen. Die Brotform fetten und mit Sesam (oder Haferflocken...) ausstreuen. Teig einfüllen und nach Belieben nochmal mit Körnern bestreuen.

In den **kalten** Backofen schieben und bei 220° Ober- Unterhitze 50-60 Minuten backen. (Die Backzeit variiert je nach Backofen, einfach mal austesten, wie lange das Brot bei dir backen muss.)

## **Variation:**

Bei den Mehlsorten kannst du einfach schauen, was du im Haus hast und wie es euch am besten schmeckt. Funktioniert auch super mit reinem Dinkelvollkornmehl oder Dinkelmehl Typ 650 oder gemischt. Außerdem kannst du natürlich auch Körner (Sesam, Sonnenblumenkerne...) unter den Teig mischen.