

# Dinkelbrötchen

- Donnerstag, August 19, 2010

<https://ketex.de/blog/dinkelbrotchen/>

*Dinkel, die Diva unter den Getreiden, habe ich bisher nur immer als Beimengung zu irgendwelchen Gebäcken benutzt. Jetzt waren aber mal reine Dinkelbrötchen dran. Nicht ganz, denn für 10 % von der Mehlmenge Roggenmehl habe ich Roggenmehl 1150 für einen kernigeren Geschmack beigegeben. Der Geschmack hat schon was für sich, da schaut man dann auch nicht auf den fast doppelt so hohen Preis wie beim Weizen.*

## 1. Vorteig (TA 200)

- 300 g [Dinkelmehl 630](#)
- 30 g Roggenmehl 1150
- 330 g Wasser
- 3,5 g Hefe

Alles klümpchenfrei verrühren und 2 Stunden bei Raumtemperatur anspringen lassen. Dann für weitere 8-12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

## 2. Sauerteig (TA 170)

- 100 g [Dinkelmehl 630](#)
- 70 g Wasser
- 10 g [Dinkel- oder Weizen-ASG](#)

Alles gut verrühren und bei Raumtemperatur 15-18 Stunden reifen lassen.

## 3. Hauptteig (TA 160)

ca. 18 - 20 Brötchen je nach Teiggewicht

- Vorteig
- Sauerteig
- 600 g [Dinkelmehl 630](#)
- 70 g [Roggenmehl 1150](#)
- 270 g Wasser
- 20 g Salz
- 4 g Hefe
- 15 g (= 1 EL) [flüssiges Backmalz](#)

## 4. Körner- und Saatenmischung

- je 1/3 Sesam, Leinsamen und Sonnenblumenkerne mischen

Zubereitung

Zubereitung

## 5. Zubereitung

Alle Zutaten bis auf das Salz 10-15 Minuten in der [Küchenmaschine](#) kneten. Erst 2 Minuten vor Schluß das Salz zugeben. Anschließend den fertigen Teig über Nacht wieder in den Kühlschrank stellen.

Am nächsten Morgen die Brötchen abwiegen, rundschleifen, mit Wasser abpinseln und in der Körner- und Saatenmischung wälzen. Auf [Leinentücher](#) legen und ca. 120 Minuten zur Gare stellen.

Kurz vor dem Einschießen mit einem [Brötchendrucker](#) stempeln oder einem [Bäckermesser](#) (oder einer Rasierklinge) einschneiden. Bei 230° für 20 Minuten backen. Beim Einschießen kräftig schwaden und nach 10 Minuten den Dampf ablassen.

---

-