

Leinwunder

Zutaten für 2 Brote

840 g	Dinkelmehl
90 g	Leinmehl
70 g	Leinsamen
2 TL	Speisesalz
2 EL	Leinöl
1 Beutel	Trockenhefe



Zubereitung

Dinkel- und Leinmehl mit den Leinsamen und dem Speisesalz vermengen. Inhalt von 1 Beutel Trockenhefe und ca. 800 ml warmes Wasser dazugeben. Teig gut kneten, dabei 2 Esslöffel Leinöl einarbeiten. 1 Std. gehen lassen. Teig auf den bestäubten Backtisch stülpen. Den Teig in zwei kleinere Laibe teilen, in 2 Kapseln füllen und ca. 15 Min. gehen lassen. Evtl. mit Wasser bepinseln.

In den vorgeheizten Backofen (250 Grad) schieben. Nach 15 Minuten auf 190 Grad zurückschalten und ca. 30 Minuten fertigbacken.

Die schnellere Variante:

In unsrer Ölmühle (oder im Onlineshop) die fertige Bio-Brotbackmischung aus Dinkel- und Leinmehl kaufen, den Anweisungen auf der Verpackung folgen und nach dem Backen ein leckeres und gesundes Brot genießen-gelingt kinderleicht 😊



Guten Appetit!

wünscht Ihre Ölmühle Illingen