



Dinkelvollkorn-Weggli

*Ein Rezept von BesondersGut
www.besondersgut.ch*

ZUTATEN

Hauptteig

340g Wasser
20g Orangensaft
3g Frischhefe
10g Butter, weich
500g Dinkel-Vollkornmehl
10 Salz

Topping

Dinkel- oder Haferflocken

Dinkelvollkorn-Weggli

Hauptteig

Zuerst das Wasser und den Orangensaft in die Teigschüssel geben. Dann die Hefe darin auflösen und anschliessend den Butter, das fein gemahlene Mehl und das Salz zugeben. Während 10 Minuten auf niedriger Stufe zu einem weichen, eher klebrigen Teig kneten. Ideale Teigtemperatur: ca. 24 °C.

Stockgare bei Raumtemperatur/falten

1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen. Danach den Teig einmal rundherum falten.

Lange, kalte Stockgare

Den Teig während 10–12 Stunden im Kühlschrank bei ca. 6 °C gären lassen.

Topping

Dinkel- oder Haferflocken auf ein Backpapier verteilen und während ca. 10 Minuten bei 190 °C rösten. Bis es richtig fein riecht – im Auge respektive in der Nase behalten!

Formen/wälzen/Stückgare

Am nächsten Tag – Stunden zählen ist nicht nötig! – den Teig mit der Teigkarte auf die unbemehlte Arbeitsfläche geben und 10 Teigstücke à 85g abwägen. Zu Kugeln einschlagen und eine nach der anderen mit der schönen Seite in ein Schüsselchen voll Wasser tauchen und sogleich behutsam in ein Schüsselchen voll gerösteter Flocken drücken. Mit der Naht nach unten auf zwei Backpapiere verteilen und mit der Hand etwas flachdrücken. 10 Minuten mit einem Küchentuch bedeckt entspannen lassen.

Danach mit einem Rollholz oder mit dem Stiel eines Holzlöffels in der Mitte sehr tief eindrücken. Wenn es klebt, das Holz etwas bemehlen. Nochmals 30–60 Minuten (je nach Gärzustand) mit einem Küchentuch bedeckt gehen lassen.

Backen

Ein Blech nach dem anderen im sehr gut vorgeheizten Ofen bei 200 °C ohne Dampf ca. 18–20 Minuten backen. Ofentüre wenn möglich nicht öffnen, damit die Feuchtigkeit drinnen bleibt. Noch heiss in saubere Küchentücher einwickeln und mit einer grossen Schüssel bedecken, so bleiben sie schön weich.