

UrDinkel-Ruchbrotrezept vom Bäcker Recette du boulanger pour pain de bise PurEpeautre



Für 2 Brote:

Brühstück:

- 130 g Wasser
d'eau
- 100 g UrDinkelruchmehl
de farine bise PurEpeautre

Teig:

- 500 g UrDinkelruchmehl
de farine bise PurEpeautre
- 1.5 TL Salz
cc de sel
- 1.2 g Hefe
de levure
- 350 g Wasser
d'eau
- 1 TL Naturjoghurt
cc de yoghourt nature
- 1 EL aktiver Sauerteig, nach Belieben
cc de levain actif, selon envie

Pâte: Mélanger la farine et le sel et former un puits. Ajouter la levure avec l'eau, le vinaigre et le levain. Ajouter l'ébullantage morceaux par morceaux. Pétrir brièvement jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et humide. Laisser doubler de volume à température ambiante pendant 3-4 heures en repliant plusieurs.

- 1.** Brühstück: Siedend heisses Wasser unter Rühren zum Mehl giessen. Weiterrühren, bis die Masse glatt und kompakt ist. Brühstück auskühlen, dann über Nacht zugedeckt in den Kühlschrank stellen.
Ebullantage: Faire cuire l'eau et l'ajouter bouillante à la farine en remuant jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et compacte. Laisser refroidir l'ébullantage. Couvrir et laisser reposer pendant la nuit au réfrigérateur.
- 2.** Teig: Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Hefe mit dem Wasser, Essig und Sauerteig zugeben. Brühstück dazupfen. Nur kurz zu einem feuchten, glatten Teig kneten. Den Teig bei Raumtemperatur 3-4 Stunden aufgehen lassen, dabei mehrmals aufziehen oder falten.
- 3.** Formen: Den Teig halbieren, zu 2 länglichen Broten mit guter Oberflächenspannung formen und mit der Verschlussseite nach oben in bemehlte längliche Gärkörbchen oder in mit einem Küchentuch ausgelegte und bemehlte Cakeformen legen. Leicht zugedeckt 6-8 Stunden an einem kühlen Ort oder im Kühlschrank aufgehen lassen.
Façonnage: Partager la pâte en deux, former 2 pains allongés avec une bonne tension superficielle et déposez-les avec le côté fermeture vers le haut, dans des paniers de fermentation allongés farinés ou dans des moules à cake recouverts de linges farinés. Couvrir légèrement et laisser lever pendant 6 à 8 heures dans un endroit frais ou au réfrigérateur.
- 4.** Backofen und Backstein oder Backblech auf 230 °C vorheizen.
Préchauffer le four, la pierre à cuire ou la plaque à 230 °C.
- 5.** Die aufgegangenen Brote auf je einen Backpapierstreifen stürzen, beliebig einschneiden und sofort auf den heißen Backstein oder das Backblech gleiten lassen. Mit Dampf anbacken, Temperatur auf 190 °C reduzieren und die Brote 35-40 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen lassen.
Renverser les pains levés sur une bande de papier sulfurisé chacun, faire des entailles selon envie et glissez-les immédiatement sur la pierre chaude du four ou sur la plaque. Cuire avec de la vapeur, réduire la température à 190 °C et cuire les pains pendant 35 à 40 minutes. Retirer du four, laisser refroidir sur une grille.



i Rezept-Tipps auf: urdinkel.ch
i Conseils de recettes sur : urdinkel.ch

Art. Nr. 100066.01
110906