



UrDinkel-Zopf mit Brühstück

für 2 Zöpfe

1

Brühstück: Wasser aufkochen, siedend heiss unter rühren zum Mehl giessen, weiterrühren, bis die Masse glatt und kompakt ist. Brühstück auskühlen, über Nacht zugedeckt in den Kühlschrank stellen.

2

Teig: Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Hefe mit der Milch anrühren, dazugiessen. Butter und Brühstück beifügen. Kurz zu einem feuchten glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur 1-2 Stunden ums Doppelte aufgehen lassen.

3

Den aufgegangenen Teig kurz aufziehen. Nochmals 20-30 Minuten aufgehen lassen.

4

Teig vierteln, mit wenig Mehl zu 50-60 cm langen Rollen drehen und 2 Zöpfe flechten. Auf das mit Backpapier belegte Blech legen. Mit Ei bestreichen.

Backen

Blech in die untere Hälfte des auf 230 °C vorgeheizten Ofens schieben. Temperatur auf 200 °C reduzieren, Zöpfe 40-45 Minuten backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Info

Fügt man einem Hefeteig aus UrDinkel einen Teil Brühstück bei, bleibt das Gebäck schön in der Form und der Zopf, oder auch das Brot, bleibt länger angenehm feucht und frisch.

Quelle:

IG Dinkel, Judith Gmür-Stalder

Rezepte - Brote - www.urdinkel.ch, 31.7.2017

Brühstück

260 g Wasser
200 g UrDinkel-Weissmehl oder
Halbweissmehl

Teig

800 g UrDinkel-Weissmehl oder
Halbweissmehl
3 Teelöffel Salz
40 g Hefe, zerbröckelt
ca. 4,5 dl Milch
75 g Butter, in Stücke geschnitten

wenig Mehl zum Formen
1/2 Ei, verquirlt, zum Bestreichen

