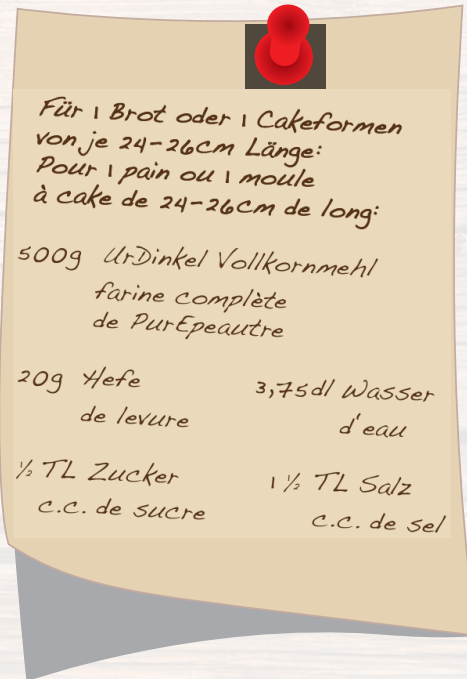


UrDinkel Vollkornbrot Rezept vom Bäcker
Recette du boulanger pour le pain complet de PurEpeautre



i **Rezepte: urdinkel.ch**
Recettes: purepeautre.ch



Art. Nr. 89184.01
05184

- 1.** Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen, Hefe im Wasser auflösen, in die Mulde giessen
Mélanger la farine avec le sel, former un puits, délayer la levure dans l'eau, verser dans le puits
- 2.** Kurz zu einem weichen, glatten Teig kneten, zugedeckt 1–2 h um das Doppelte aufgehen lassen
Pétrir le tout en une pâte souple et lisse, couvrir et laisser lever la pâte pendant 1–2 h jusqu'à ce qu'elle double de volume
- 3.** Den aufgegangen Teig kurz aufziehen, halbieren, mit wenig Mehl zu je einer Rolle formen und in die mit Backpapier ausgelegten Formen geben, nochmals 20–30 Min. aufgehen lassen
Une fois levée, pétrir brièvement la pâte, puis la diviser en deux, saupoudrer les morceaux d'un peu de farine et former deux boudins, mettre ceux-ci dans les moules recouverts de papier sulfurisé. Laisser lever à nouveau pendant 20–30 min.
- 4.** In die untere Hälfte des auf 230 °C vorgeheizten Ofens schieben, Hitze auf 200 °C reduzieren, Brote 40–45 Min. backen
Glisser les moules dans le bas du four préchauffé à 230 °C, baisser aussitôt la température à 200 °C et faire cuire les pains pendant 40–45 min.

