

## Joghurtbrot mit Leinsamen



Unkompliziertes. leckeres Alltagsbrot

---

Zubereitungszeit:  
Wartezeit:  
Backzeit: 35 min

---

### ZUTATEN

#### Für den Vorteig

100 g Weizenmehl Type 550  
50 g Dinkel-Vollkornmehl (Dinkelmehl im Original)  
100 g Wasser  
1 g Trockenhefe  
2 g Salz

## Für den Hauptteig

110 g Wasser  
Vorteig  
3 g Trockenhefe  
200 g Weizenmehl Type 550  
150 g Dinkel-Vollkornmehl  
50 g Leinsamen (bei mir „goldener Leinsamen“, den hatte ich noch im Vorrat)  
125 g Joghurt (3,5 % Fettanteil)  
8 g Salz

## ZUBEREITUNG

1. Am Vorabend alle Zutaten für den Vorteig gut verkneten, in eine Schüssel geben, abdecken und für 1 Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Anschließend bis zum nächsten Tag in den Kühlschrank stellen. (12-24 Stunden maximal)
2. Für den Hauptteig 50 g der Wassermenge mit dem Vorteig verrühren. Im restlichen Wasser die Trockenhefe auflösen.
3. Nun alle Zutaten bis auf das Salz in eine Schüssel geben und mit der Küchenmaschine ca. 5 Minuten auf der ersten Stufe verkneten. Das Salz zugeben und weitere 6 Minuten auf der zweiten Stufe fertigkneten.
4. Den Teig zudecken und 60-75 Minuten (bei mir mit 70 Minuten) bei Zimmertemperatur reifen lassen. Dabei den Teig nach 30 Minuten 1 x dehnen und falten.
5. Nach der Ruhezeit den Teig zu einem Laib formen und mit dem Schluss nach unten in ein Gärkörbchen (oder ein mit einem Geschirrtuch ausgelegten Sieb) legen. Wieder abdecken und für ca. 1 Stunde (bei mir 1,5 Stunden) ruhen lassen.
6. Inzwischen den Backofen samt Backblech auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
7. Den Laib vorsichtig aus dem Körbchen direkt auf das heiße Blech stürzen, einschneiden und mit viel Dampf für 15 Minuten backen. Anschließend die Tür für 2 Minuten komplett öffnen, um den Dampf abzulassen. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und das Brot weitere 15-20 Minuten weiterbacken.