



# Vitalbrot

## Zutaten

- 200 g Dinkelkörner
- 300 g Mehl hell
- 1 Würfel frische Hefe (40g)
- 50 g Olivenöl
- 250 g Wasser, lauwarm
- 1 1/2 TL Salz
- 1/2 TL Honig oder Zucker
- 1/2 TL Brotgewürz selbstgemacht
- Sesam oder Körner nach Wahl



## Zubereitung

1. Die Getreidekörner in den  geben und **40 Sek./Stufe 10** mahlen.
2. Mehl, Hefe, Leinsamen, Öl, Wasser, Salz, Zucker, Brotgewürz zugeben und **1 1/2 Min./Stufe**  zu einem Teig kneten.
3. Den Teig in eine Kastenform (25 cm) geben.
4. Mit Wasser bestreichen und Sesam oder Körner nach Wahl bestreuen und gut andrücken.
5. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 20- 25 min. gehen lassen (bis er sich verdoppelt hat)
6. Backofen auf 220°C vorheizen und das Brot ca. 45 Minuten backen.

## Tipp

Wenn das Brot oben zu dunkel wird, ein Stück Alufolie drauf legen.

Aus dem Teig können auch Semmeln gemacht werden, dann beträgt die Backzeit 25 Minuten.