

Vollkonbrötchen oder Stangenbrot

Zutaten:

- 1 kg Vollkornmehl (Weizen, Dinkel)
- 1 Würfel frische Hefe
- 600 cl kaltes Wasser
- 2 Tl. Salz

Hefe im Wasser auflösen und aus den Zutaten einen geschmeidigen Teig kneten (ca. 10 min.) gehen lassen und nochmals durchkneten.

Danach Brötchen formen.

Auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech im Ofen ca. 20 min. bei 230 Grad backen.

Für das Stangenbrot den Teig in zwei Stücke teilen, zwei blechlange Rollen formen, gehen lassen bis sich das Volumen verdoppelt hat, danach ca. 30 min. bei 230 Grad backen.