

Walnuss-Möhren-Brot

500g Dinkelvollkornmehl

1 Päckchen Trockenhefe (7 bis 9 Gramm)

2 TL Salz

375 ml lauwarmes Wasser

100g Möhren

100g Walnusskerne

Mehl, Hefe und Salz in einer Schüssel mischen. 375 ml lauwarmes Wasser zugießen.

Alles mit einem Holzlöffelstiel grob verrühren. Teig abgedeckt an einem warmen Ort 3 Stunden gehen lassen. Möhren schälen und fein reiben. Walnusskerne grob hacken. Beides unter den Teig heben. Teig mit etwas Mehl bestreuen, mit bemehlten Händen auf einen bemehlten Bogen Backpapier (30 cm x 30 cm) geben und zu einem runden Laib formen. Abgedeckt weitere 45 Minuten gehen lassen. 15 Minuten vor dem Backen Ofen auf 220 Grad vorheizen. Eine feuerfeste Form mit 100 ml Wasser auf den Boden des Ofens stellen. Eine weitere hitzebeständige Form auf einen Backrost (untere Schiene) stellen. Darin soll das Brot backen, zunächst aber soll die Form vorwärmen. Den rohen Brotlaib auf der Oberseite kreuzweise einschneiden. Mit dem Backpapier in die vorgewärmte Form setzen. 45 bis 50 Minuten backen. Das Brot ist fertig, wenn es sich beim Klopfen hohl anhört.