

Kartoffel-Dinkel-Brot

Zutaten für 1 Kastenform:

ca. 30 Länge

200 g mehlig kochende Kartoffeln
800 g Dinkelmehl (Type 1050)
2 Päckchen Trockenhefe
200 g Buttermilch
1 TL Honig
ca. 300 ml lauwarmes Wasser
100 g Walnusskerne
3 TL Salz
1 TL Rapsöl
Mehl zum Arbeiten und für die Form

Zubereitung:

Kartoffeln mit Schale weich garen.
Das Mehl mit der Trockenhefe mischen.

Die Kartoffeln pellen und noch heiß durch die Presse drücken. Buttermilch und Honig dazu geben und verrühren. Die lauwarme Mischung zum Mehl geben und mit den Händen langsam unterarbeiten, dabei lauwarmes Wasser (ca. 300 ml) zugeben, bis ein fester, formbarer Teig entsteht. Der nicht mehr klebt. Den Teig zur Kugel formen, mit Mehl bestäuben und abgedeckt bei Zimmertemperatur ca. 1 Std. gehen lassen, bis sich der Teig verdoppelt hat.

Die Kastenform einfetten und mit Mehl bestäuben. Walnusskerne grob hacken und mit Salz unter den Teig kneten. Den Teig in die Form setzen und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen.

Eine feuerfeste Schüssel mit Wasser auf den Boden des kalten Backofens stellen. Das Brot im Ofen (unten) bei 200 Umluft ca. 1 Std. backen.

Walnüsse können durch gebratene Zwiebelwürfeln, getrocknete Tomaten oder frische grüne und schwarze Oliven ersetzt werden.

Statt Buttermilch kann auch Wasser, Sauerkrautsaft oder Molke verwendet werden.