

**K.D. Michaelis**

# **Dinkel-Dreams 1**

**Brote und Brötchen  
Hauptmahlzeiten  
Knödel und Spätzle  
Kuchen und Torten  
Plätzchen und Kleingebäck**



## Vorwort

### Dinkelmehl-Typen

Bei Dinkelmehl unterscheidet man die Typen:

- **630**,
- **812** und
- **1050**.

Den Typ 812 findet man in normalen Supermärkten kaum, weshalb man normalerweise lediglich mit den anderen beiden arbeitet.

Die Typ-Nummer gibt dabei an, wie viele Mineralstoffe jeweils in 100 Gramm Mehl enthalten sind. Sprich Dinkelmehl 630 liefert 630 Milligramm Mineralstoffe auf 100 g Mehl und die Type 1050 analog dazu 1.050 mg.

**Type 630:** Sehr helles Mehl, das sich für Kuchen, Brot, Brötchen und anderes Kleingebäck eignet.

**Typen 812 und 1050:** Deutlich dunkleres Dinkelmehl. Ideal zum Brotbacken und für herzhaftere Backwaren.

### Trockenhefe / frische Hefe

1 Päckchen **Trockenhefe** mit 7 Gramm Inhalt entspricht **einem halben Würfel Frischhefe** mit 21 Gramm. Will man einen ganzen Würfel frischer Hefe durch Trockenhefe austauschen, benötigt man folglich 2 Päckchen der getrockneten Hefe.

# Inhaltsverzeichnis

## **1. Brote und Brötchen**

Mini-Baguettes  
Bauernbrot (hefefrei, super schnell)  
Bauernbrot mit Hefe (lange Teigruhe)  
Brezenstangerl / Laugenstangen  
Knoblauchbrot  
Körnerbrötchen  
Vollkornbrot (schnell, saftig)

## **2. Knödel, Spätzle & Co.**

Brezenknödel  
Fingernudeln  
Kartoffelpüree-Plätzchen  
Semmelknödel  
Spätzle / Knöpfle  
Mini-Quark-Knöpfli  
Spinat-Spätzle

## **3. Hauptgerichte**

### **aus übrigen Knödeln oder Spätzle**

Abgeröstete Semmelknödel  
Saure Knödel  
Wurst-/Knödelsalat gemischt  
Käsespätzle/Kasspatzn

### **mit Dinkelmehl**

Kaiserschmarrn  
Palatschinken gefüllt (dünne Pfannkuchen)

Topfen-Palatschinken

Pizza

### **mit Dinkel-Semmelbrösel**

Buletten / Frikadellen / Fleischpflanzerl

Paniertes (Gemüse/Fisch/Käse/Schnitzel)

### **mit Dinkelgrieß**

Fruchtiger Quarkauflauf

Grießbrei

Grießnockerlsuppe

## **4. Kuchen und Torten**

Anis-Vanille-Traum

Apfelkuchen mit Amaretto-Sahne

Buttermilchkuchen vom Blech

Eierlikörtorte

Käsecremetorte

Marmorkuchen

Möhren-Mandel-Kuchen

Mohnzopf / Mohnstriezel (dauert)

Pfirsich-Schmand-Schnitten

Rhabarber-Streuselkuchen

Rotweinkuchen

Rübli-Torte Italian-Style

Schokoladen-Tarte (ohne Mehl)

Zucchini-Haselnuss-Kuchen

## **5. Plätzchen und Kleingebäck**

Apfelkücherl

Bananen-Schoko-Muffins

Butterkekse

Triple-Nuss-Muffins

Nuss-Nougat-Herzen gefüllt

Nuss-Nougat-Kipferl

Schoko-Quark-Brötchen

Klassische Waffeln

Frischkäse-Waffeln

## **1. Brote**

Mini-Baguettes

Bauernbrot (hefefrei, super schnell)

Bauernbrot mit Hefe (lange Teigruhe)

Brezenstangerl/Laugenstangen (dauert)

Knoblauchbrot

Körnerbrötchen

Vollkornbrot (schnell, saftig)

## Mini-Baguettes

500 g	Dinkelmehl Type <b>630</b>
300 ml	<b>eiskaltes</b> Wasser
10 ml	mildes, <b>natives</b> Olivenöl
½ Würfel	<b>frische</b> Hefe (21 g)
2 TL	Salz
1 Prise	Zucker

Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und die frische Hefe dabei mit den Fingern kleinbröseln. Mit dem elektrischen Handmixer mit Knethaken circa **5 Minuten** lang verkneten. Den Teig in ein ausreichend großes und bemehltes, rundes Gefäß geben, mit einem Deckel abdecken und für ca. **10 - 12 Stunden (am besten über Nacht) in den Kühlschrank** stellen.

Danach den Backofen auf **240°C Ober-/Unterhitze vorheizen**. Den Teig erst dann aus dem Kühlschrank holen, wenn der Ofen heiß ist. Er sollte gut aufgegangen sein (mindestens doppelt so hoch). Auf ein bemehltes Brett stürzen und **nicht mehr kneten!**

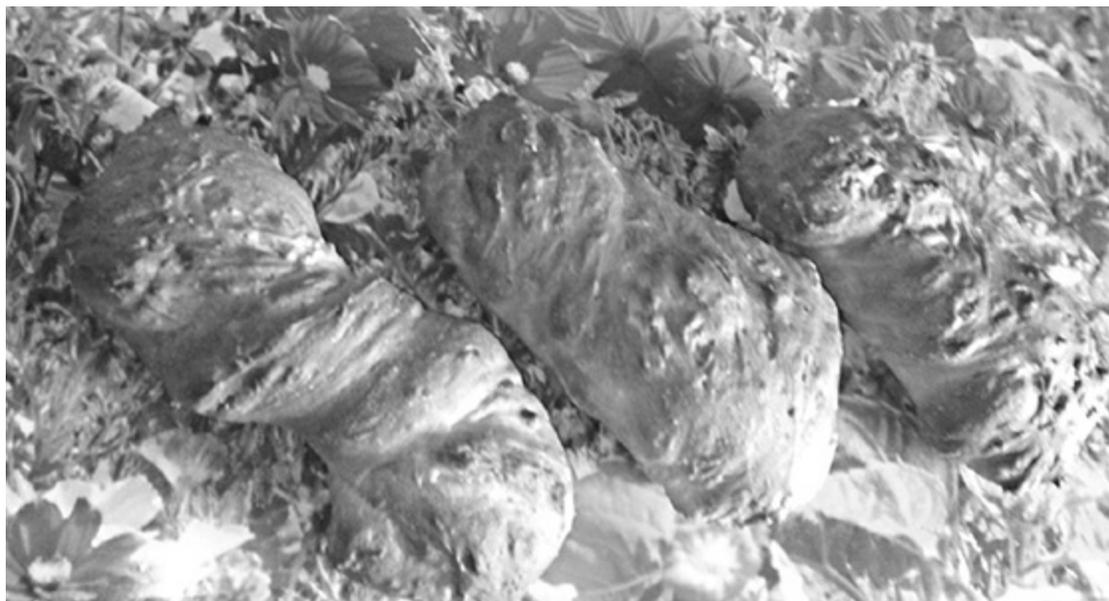
Die Teigmasse mit einem Spachtel oder Messer in **3 gleiche Teile teilen** und **jeden Teigstrang etwa 2 Mal drehen**.

Die Baguette-Brote **nicht mehr gehen lassen** und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

Sofort in den vorgeheizten Ofen geben und auf der **2. Schiene von unten ca. 15 Minuten bei 240°C**

## **Ober-/Unterhitze backen.**

Dann die Temperatur auf **220°C Ober-/Unterhitze herunterschalten** und etwa **weitere 15 Minuten backen** (je nach gewünschtem Bräunungsgrad).



## Bauernbrot ohne Hefe

750 g	Dinkelmehl Type <b>630</b>
12 g	Salz
1 TL	Fenchelsaat, ganz
2 TL	Koriander, gemahlen
1 TL	Kümmel, ganz
1 TL	Basilikum, gemahlen
etwas	Muskatnuss, frisch gerieben
600 ml	Milch <b>oder</b> Buttermilch
75 g	<b>flüssiger</b> Natur-Sauerteig
70 g	Sonnenblumenöl
1 Pckg.	Backpulver

Eine große Kastenform mit Backpapier auslegen.

Den Backofen auf **220°C Ober-/Unterhitze vorheizen**.

Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit dem elektrischen Handmixer mit Knethaken **3 - 4 Minuten** lang gut verrühren.

Der Teig ist recht zähflüssig, weshalb er sich am besten portionsweise mit einem Messer in die Kastenform geben lässt.

Auf der **mittleren Schiene 15 Minuten** lang **bei 220°C Ober-/Unterhitze** backen.

Dann die **Hitze auf 175°C reduzieren** und das hefefreie Dinkel-Bauernbrot weitere **60 Minuten fertigbacken**.

Erst nach dem **Auskühlen anschneiden** - auch wenn es noch so verführerisch duftet ;-)



## Bauernbrot mit Hefe

- 250 ml **lauwarmes** Wasser
- 10 g **frische** Hefe
- 1 TL Zucker
- 250 g Dinkel-**Vollkornmehl (1050)**
- 1 TL Fenchelsaat, ganz
- 2 TL Koriander, gemahlen
- 1 TL Kümmel, ganz
- 1 TL Basilikum, gemahlen
- etwas Muskatnuss, **frisch gerieben**
- 75 g **flüssiger** Natur-Sauerteig
- 250 g Dinkelmehl **Type 630**
- 20 g Backmalz (Roggen gemahlen + vermälzt - fein gemahlenes Pulver)
- 12 g Salz
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 30 g Sonnenblumenkerne **ohne** Schale

Das **lauwarme** Wasser mit dem Zucker in eine Rührschüssel geben, die Hefe hineinbröseln und alles mit einem Kochlöffel verrühren. Mit einem Baumwolltuch abdecken und **10 Minuten quellen lassen**.

Das Dinkel-Vollkornmehl mit dem elektrischen Handmixer mit Rührbesen unter das Hefewasser rühren. Bei

Zimmertemperatur **mindestens 2 - 3 Stunden aufgehen** lassen.

Die Gewürze und den Sauerteig zum Vorteig hinzugeben. Das **630er Dinkelmehl** auf einem tiefen Teller mit dem **Backmalz vermischen** und **dann erst mit in die Rührschüssel** geben. Anderenfalls verklumpt das Backmalz gerne.

Alles mit dem elektrischen Handmixer - **dieses Mal aber mit den Knethaken** - gut verrühren. Wieder abdecken und **15 Minuten ruhen** lassen.

Salz und Öl hinzufügen und **10 Minuten lang kräftig durchkneten**. Ganz **zum Schluss** noch die Sonnenblumenkerne unterkneten und anschließend wieder zugedeckt nochmal **1 Stunde ruhen** lassen.

Den Backofen auf **230°C Ober-/Unterhitze vorheizen** und das Backblech mit Backpapier auslegen.

Den Brotteig zu einem Laib formen und mehrmals mit einem spitzen Messer an der Oberfläche **leicht** einschneiden. Ein **feuerfestes** Gefäß mit Wasser mit auf das Blech stellen und das Brot auf der **mittleren Schiene 15 Minuten lang bei 230°C Ober-/Unterhitze** backen.

Dann die Temperatur auf **200°C Ober-/Unterhitze reduzieren** und das Brot **weitere 35 Minuten backen**.

