

Bio Einkornfladen mit Chia Samen

Rezept ergibt 17 Stk a` 60g



Knetzeit: 2 Minuten langsam, 5 Minuten intensiver, Gesamt 7 Minuten

Teigruhe nach dem Kneten: 20 Minuten

Gehzeit vor dem Backen: ca. 25 Minuten

Backzeit: ca. 18-20 Minuten bei 220°C Heißluft oder 230°C Ober- und Unterhitze

Miele Combidampfgarer: ca. 18-20min 100% Feuchte 220°C

Miele Klimagaren: 3 Dampfstöße manuell auslösen, 220°C, ca. 18-20min



ZUTATEN

50g	Chia Samen
100g	Wasser (heiß) ca. 80°C
150g	Quellstück (1,5h ziehen lassen)
500g	Bio Einkorn Vollkornmehl*
12g	Salz
12g	Backprofis Bio Gerstenmalzmehl
12g	Bio Butter (handwarm)
1Pkg.	Bio Trockenhefe oder halber Würfel frische Hefe
350g	Wasser (23-25°C)

* Auch Bio Dinkelvollkornmehl kann verwendet werden.

ZUBEREITUNG

1. Chia Samen und heißes Wasser vermischen und mindestens 1,5h quellen lassen.
2. Restliche Zutaten inkl. Quellstück genau einwiegen und den Teig wie angegeben kneten.
3. Anschließend für 20 Minuten zugedeckt rasten lassen.
4. In der Zwischenzeit den Backofen auf 220° Heißluft vorheizen.
5. Teig auf eine stark bemehlte Arbeitsfläche geben.
6. Teigstücke zu je ca. 60g auswiegen.
7. Mit bemehlten Händen locker Rundformen bzw. Rundscheiben.
8. Die Weckerl beim Wegsetzen etwas flach drücken und auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen.
9. Mit einem feinen Sieb zusätzlich etwas Mehl auf die Oberfläche der Fladen geben.
10. Ganz leicht mit Wasser besprühen und mit einem Geschirrtuch abdecken.
11. Die Fladen nun bei Raumtemperatur ca. 25 Minuten gehen lassen.
12. Vor dem Backen wiederum ganz leicht mit Wasser besprühen und in den vorgeheizten Backofen schieben.
13. Mit viel Dampf backen! Gefäß mit Wasser oder Eiswürfeln mit in den Backofen geben!
14. Die Weckerl kräftig backen und auf einem Küchenrost auskühlen lassen.

Ofner DER BACKPROFI – Hauptstrasse 148 – 8301 Laßnitzhöhe – Österreich
Brot Hotline: +43 (0) 3133 / 20659 • E-Mail: office@derbackprofi.at
www.derbackprofi.at • www.derbackprofi-shop.at • www.facebook.com/ofnerderbackprofi

