

# Gerstentoast

## Zutaten (für ein Brot):

- 150 g Roggensauerteig
- 250 g Gerstenvollkornmehl
- 400 g Dinkelmehl Typ 630
- 30 g Butter
- 15 g Salz
- 7 g Trockenhefe
- ca. 300 ml Wasser
- zum Ausfetten der Backform: etwas Butter

Alle Zutaten gründlich verkneten. 3-5 Stunden ruhen lassen. Teig nochmals gründlich durchkneten und dann in eine gebutterte Toastbrotform füllen. Man kann auch andere Kastenformen benutzen, hat dann aber auf der Oberfläche eine stärkere Krustenbildung. Form in den kalten Backofen stellen und das Toastbrot circa 60 Minuten bei 160 Grad (Umluft - sonst 170 Grad) backen. Gleich nach dem Backen aus der Form stürzen und auf einem Rost auskühlen lassen.

Sendung/Quelle: Markt

Sendetermin: 13.02.2023

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)