

Dinkelvollkornbrot

Rezept Info

ab ~8 Monate

Für Kinder ab etwa 9 Monate bis etwa 13 Monate oder Kindern mit empfindlicher Verdauung, ist Dinkelmehl, Type 1050, besser geeignet, da Vollkorn oft noch nicht gut Vertragen wird.

Zuaten

- 500 g Dinkelvollkornmehl z.B. Alnatura
- 1 Tütchen Trockenhefe
- 300 ml lauwarmes Wasser
- 1 Teelöffel Meersalz
- 1 Teelöffel Zucker

Zubereitung

1:

Vorteig zubereiten. Dazu etwa 50 ml lauwarmes Wasser mit 2 Esslöffel Mehl, der Hefe und dem Zucker vermischen und an einem warmen Ort gehen lassen.

2:

Anschließend die restlichen Zutaten vermischen und gut mit dem Vorteig verkneten.

3:

Den fertigen Teig, in einer eingefetteten Kastenform im Backofen bei 50 Grad eine Stunde gehen lassen und dann bei 220 Grad etwa 45 Minuten fertig backen.