

11. August 2018

## Dinkel-Honig-Zopf

Ein schwieriges Unterfangen, einen Zopf aus Dinkel und dazu noch aus dem vollen Korn zu backen. Der Teig sollte recht fest, der Zopf aber saftig sein. Die Faserigkeit und Fluffigkeit der Krume, die bei Zöpfen aus hellen Mehlen üblich sind, ist hier eher ins Abseits gedrängt. Dafür wartet der Vollkornzopf mit einem einzigartigen, süßlich-herben Geschmack auf.

### Vorteig

- 200 g Dinkelvollkornmehl
- 100 g Wasser (kalt)
- 2 g Frischhefe

### Mehlkochstück

- 70 g Kastanienmehl
- 350 g Milch (3,5% Fett, 5°C)
- 18 g Salz

### Hauptteig

- Vorteig
- Mehlkochstück
- 800 g Dinkelvollkornmehl
- 200 g Honig
- 50 g Orangensaft (5°C)
- 50 g Ei (5°C)
- 15 g Frischhefe
- 200 g Butter (5°C)
- Ei zum Abstreichen

Die Vorteigzutaten von Hand zu einem festen Teig mischen und 12 Stunden bei ca. 16-18°C reifen lassen.

Die Mehlkochstückzutaten unter Rühren aufkochen, bis die Masse eindickt. Direkt auf der Oberfläche mit Klarsichtfolie abdecken und auf Raumtemperatur abkühlen lassen (max. 24 Stunden lagerfähig, ansonsten im Kühlschrank aufbewahren).

Die Hauptteigzutaten bis auf die Butter 5 Minuten auf niedrigster Stufe mischen. Die Butter zugeben und weitere 5 Minuten auf niedrigster Stufe kneten (Teigtemperatur ca. 24°C).

Den Teig sofort zu 500 g-Stücken portionieren. Die Stücke rundschleifen und zu etwa 40 cm langen Strängen formen. Je zwei Stränge zu einem Zopf flechten.

Die Zöpfe auf Backpapier setzen, mit Ei abstreichen und 4 Stunden bei Raumtemperatur (ca. 20°C) vor dem Austrocknen geschützt reifen lassen.

Nochmals mit Ei abstreichen.

Bei 220°C fallend auf 180°C 40 Minuten ohne Dampf backen.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 6 Stunden*

*Zubereitungszeit gesamt: 18 Stunden*

