



Dinkel Zopf

für 2 grosse Dinkelzöpfe

Vorteig

- 100 g Wasser, kochend
- 75 g Dinkelmehl hell

Hauptteig

- 175 g Vorteig
- 400 g Wasser
- 30 g Hefe
- 840 g Dinkelmehl hell
- 50 g Zucker
- 80 g Butter
- 40 g Kokosöl (VCO)
- 20 g Salz
- 1 Ei zum bestreichen

Zubereitung

Kochendes Wasser und 75 g Dinkelmehl miteinander verrühren und mit Frischhaltefolie zugedeckt für 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Danach den Vorteig und die restlichen Zutaten zu einem geschmeidigen Teig kneten. Lassen Sie den Teig bei Raumtemperatur ca. 1 Stunde ruhen.

Den Teig in vier gleich grosse Teile teilen, zuerst leicht rund, anschliessend schonend länglich rollen. Rollen Sie die Teigstränge leicht konisch zu und flechten daraus zwei schöne Zöpfe.



Legen Sie die beiden Zöpfe auf ein Backblech oder in eine längliche Backform (Form bitte ausbuttern).
Anschliessend lassen Sie die Zöpfe mit Plastikfolie zugedeckt gut gären. Danach zweimal mit Ei bestreichen.

Backen:

Ofen auf 190 °C vorheizen

Ca. 30 Minuten auf der zweituntersten Schiene des Ofens backen
bei 190 °C (Umluft 170 °C) backen.

Guten Appetit!