

# Südtiroler Bio Vinschgerl

Rezept ergibt 5 Stück à ca. 180g (1 Blech)



**Knetzeit:** 6 Minuten langsam

**Teigruhe nach dem Kneten:** 30 Minuten

**Gehzeit vor dem Backen:** ca. 30 Minuten (Raumtemperatur)

**Backzeit:** 26 Minuten bei 220°C Heißluft bzw. 230°C Ober-  
Unterhitze

**Miele Combidampfgarer:** 5min 100% Feuchte 220°C, 21min 40%  
Feuchte, 220°C

**Miele Klimagaren:** 2 Dampfstöße manuell auslösen, 220°C, 26min



## ZUTATEN

- 360g Wasser 35°C (weicher, klebriger Teig)
- 15g frische Hefe
- 320g Bio Roggenmehl Type 960
- 140g Bio Weizenmehl Type 1600
- 10g Salz
- 25g Backprofis Bio Roggenvollkornsauerteig getrocknet
- 10g Schweineschmalz oder Speiseöl
- 5g Bio Kümmel ganz
- 5g Bio Fenchel ganz
- 2g Bio Südtiroler Brotklee (kann ggf. auch minimal erhöht werden)

www.derbackprofi-shop.at

## ZUBEREITUNG

1. Das Wasser temperieren und sofern frische Hefe verwendet wird, diese mit einem Schneebesen gut auflösen.
2. Die restlichen Zutaten genau einwiegen und den Teig wie angegeben kneten.
3. Anschließend den Teig an der Oberfläche leicht bemehlen und für 30 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur rasten lassen.
4. Teig auf eine stark bemehlte Arbeitsfläche geben.
5. Die Hände gut bemehlen und Teigstücke zu je ca. 180g auswiegen.
6. Locker Rundformen und in Bio Roggenmehl wälzen.
7. Auf ein Backblech mit Papier legen und bei Raumtemperatur 30 Minuten zugedeckt gehen lassen.
8. Heißluft oder 230° Ober- und Unterhitze vorheizen.
9. Die Südtiroler Vinschgerl mit etwas Dampf backen! Gefäß mit Wasser oder Eiswürfeln mit in den Backofen geben!
10. Vinschgerl kräftig backen.
11. Auf einem Küchenrost gut auskühlen lassen.

TIPP VOM PROFI: Die original Vinschgerl eignen sich auch hervorragend zum Trocken. Wenn diese „hart“ sind, eignen Sie sich hervorragend zu Käsegerichten (sozusagen wie ein Schüttelbrot)

Zum online  
Rezept:

