

## Backanleitung für das Mutterbrot

Bitte lies die Anleitung zuerst komplett durch.

Die Brotbackmischung umfasst drei Tütchen(T). T1, T2 und T3.

Folgende Dinge **benötigst du noch**, um das Mutterbrot zu backen:

- 800 Gramm (Ur-Dinkel)Mehl (ist am Schadstoffärmsten) bzw. ein Mehl deiner Wahl
- Butter zum einfetten der Backform
- 500 ml Wasser
- Eine Kastenbrotbackform (10x14x33cm) oder zwei kleine Backformen (7x11x33)
- im besten Fall eine Küchenmaschine bzw. kräftige Hände
- Gesamtzubereitungszeit ca. 5h (Backzeit 2h)

### Los geht's:

Schritt 1: den Ofen auf 32-35°C vorheizen

Schritt 2: T2 und 200ml Wasser in die Schüssel geben und vermengen

Schritt 3: 300g Mehl hinzugeben, eine Kuhle formen und T1 sowie 300ml Wasser hinzufügen und ein wenig vermengen

Schritt 4: Anschließend die Schüssel im vorgeheizten Backofen 1 Stunde gehen lassen.

Schritt 5: Nun T3 hinzugeben, sehr gut kneten und anschließend 500g Mehl in den Teig einarbeiten

Schritt 6: Den Teig in die eingefettete(n) Backform(en) geben und im warmen Ofen 2-3h ruhen lassen

Schritt 7: Danach die Temperatur des Backofens auf 130°C Ober/Unterhitze erhöhen und ca. 2 Stunden backen → fertig ist das **Mutterbrot!**

Schritt 8: Mutterbrot etwas auskühlen lassen und jeden Tag eine Scheibe genießen :)

Nachschub und Infos ? ...auf [www.ela-ramonis.de/shop](http://www.ela-ramonis.de/shop)

### Zubereitung der Schokomonade

Schritt 1: Den Inhalt der Schokomonadentüte in einer Schüssel über einem Wasserbad erhitzen und umrühren

Schritt 2: Gleich als Fondue mit Obst genießen und/oder als Schokoriegel gießen (: