



## Taufbrot des Konstantin

Dieses Rezept soll einen kleinen Eindruck vermitteln, wie Brot möglicherweise zubereitet wurde, als sich das Christentum im Römischen Reich langsam zur Staatsreligion entwickelte.

Herkunft: Italien

Kategorie: Beilagen, Mehlspeisen

Marinieren / Einlegen: 60 Minuten

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 90 Minuten

### Zutaten für 4 Portionen

300 g Dinkelmehl

200 g Weizenmehl

500 g Roggenmehl

1 EL Honig

1 ½ EL Salz

70 g Hefe

700 ml Wasser

### Vorbereitung

Die Hefe mit warmem Wasser und Honig zu einem Vorteig verarbeiten und etwa 15 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

### Zubereitung

Die drei Mehlsorten und den Vorteig gut vermischen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig abdecken und bei Zimmertemperatur eine Stunde ruhen lassen. Danach den Teig nochmals durchkneten, zu zwei Kreuzen formen und auf ein Backblech geben und nochmals eine halbe Stunde reifen lassen. Die Oberfläche mit einem Messer nach Belieben einschneiden. Einen Ofen bei 230° C vorheizen und das Brot 25 Minuten backen.