

SEITEN

10 – 19

Vorwort von Vanessa Kimbell..... 11
Hinweise 12

20 – 37

38 – 79

KAPITEL



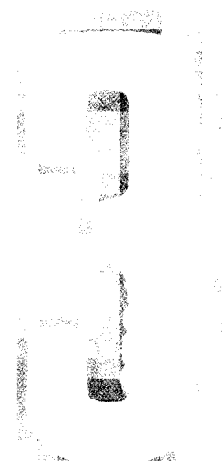
MEHL,
WASSER
& SALZ

Einleitung..... 18



DAS
ANSTELLGUT

Das Anstellgut 24
Anstellgut auffrischen 30
Sauerteig ansetzen 34



DAS
GRUNDREZEPT

Ausstattung..... 42
Das Grundrezept..... 44
Zutaten..... 46
Schritt für Schritt..... 48

80–85



PANNENHILFE

Was ist schiefgegangen? 82

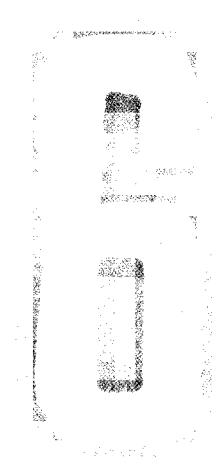
86–153



REZEPTE

50 % Dinkel 88
Roggenmischbrot 94
Emmer 98
Gekeimter Roggen 102
Pain de Campagne 108
Mischbrot mit Quellstück 112
Kamut 118
Kastenbrot 122
Einkorn 128
100 % Dinkel 134
Nacktgerste 140
Gerösteter Hafer 144
Freundschaftsbrot 150

154–159



BEZUGS- QUELLEN

Aktive Mühlen 156
Backzubehör 158
Informationen & Blogs 159