



Joghurt-Körner-Brot



Arbeitszeit: ca. 60 min



Koch- & Backzeit: ca. 45 min



ca. 700g Brot



Schwierigkeit: Einfach

Zutatenliste

Zutaten

- 220ml Wasser
- 150g Joghurt
- 500g

Sonnenblumen-Brotbackmischung
g

- 15g Leinsaat
- 15g Kürbiskerne
- 15g Hirse
- 15g kernige Haferflocken

Zubereitung

Die 500g Sonnenblumen-Brotbackmischung mit 220ml lauwarmem Wasser, dem Joghurt, der Hirse, den Haferflocken, den Leinsamen und den Kürbiskernen mischen und etwa 10 min zu einem elastischen Teig kneten, dann zugedeckt 30 min gehen lassen.

Mit bemehlten Händen das Brot formen und auf ein Backblech bzw. in eine Kastenform legen und nochmals 30 – 45 min an einem warmen Ort gehen lassen. Mittig im vorgeheizten Backofen bei 230 °C (Umluft 210 °C) backen, nach 10 min Backzeit die Ofentemperatur um 30 °C reduzieren.

Für die Zubereitung im Brotbackautomaten bitte KEIN Vollkorn-Programm wählen.

