



3-Korn-Brot



 Arbeitszeit: ca. 60 min

 Koch- & Backzeit: ca. 45 min

 ca. 700g Brot

 Schwierigkeit: Einfach

Zutatenliste

Zutaten

- 360 ml Wasser
- 500 g Bauernbrotbackmischung
- 25 g Leinsamen
- 25 g kernige Haferflocken
- 25 g Sonnenblumenkerne
- 11 g Sesam
- evt. 1 gestrichener EL Brotgewürz

Zubereitung

Die 500g Bauernbrotbackmischung, je nach Geschmack 1 EL Brotgewürz und 360ml lauwarmes Wasser etwa 10 Minuten zu einem elastischen Teig kneten. Die Flocken und Saaten untermengen.

Abgedeckt 30 Minuten gehen lassen. Mit bemehlten Händen ein Brot oder Brötchen daraus formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen bzw. den Teig in eine gefettete Kastenform füllen.

An einem warmen Ort 30 – 45 min gehen lassen. Oberfläche mit Wasser bestreichen, einschneiden und mittig im vorgeheizten Backofen bei 230 °C (Umluft 210 °C) backen. Nach 10 min die Temperatur um 30°C senken.

