

Mehrkornbrot

Von Sibylle Hansen, www.einfachkochenundbacken.de, beraterin-hansen@web.de

Zutaten:

- 380g Wasser
- 15g Hefe
- 20g Rübenkraut
- 300g Roggenmehl Typ 997
- 200g Dinkelmehl Typ 630
- 70g kernige Haferflocken (+ 1 EL zum Bestreuen)
- 40g Leinsamen (+ 1 EL zum Bestreuen)
- 2TL Salz
- etwas Mehl zum kneten und mehlen der Form

Zubereitung:

Wasser, Hefe und Rübenkraut in den Mixtopf geben und 2 Min./ 37°C/ Stufe 2 auflösen. Restlichen Zutaten hinzufügen und 6 Min./ Teigknetstufe vermengen.

In der Zeit den kleinen Zaubermeister etwas mehlen. Den Teig vom Mixtopf direkt in die Form geben, mit feuchten Händen auf der Oberfläche glattstreichen und mit den restlichen Haferflocken und Leinsamen bestreuen.

Abgedeckt ca. 30 Minuten ruhen lassen und anschließend in den kalten Backofen stellen. Bei 230°C Grad Ober-Unterhitze ca. 60 Minuten backen.



Sibylle Hansen

selbständige Beraterin für Pampered Chef und Thermomix Repräsentantin im Raum Paderborn

Eichenweg 55

33178 Borchen

Mobil: 0175 2454 082

Mail: beraterin-hansen@web.de

www.einfachkochenundbacken.de