

Valeska: Ruck-Zuck-Vollkornbrot

Du möchtest voller Elan in den Tag starten? Dann ist dieses Ruck-Zuck-Vollkornbrot die richtige Wahl für dich! Du kannst es nach Lust & Laune belegen oder einfach so mit ein bisschen Butter genießen 😊

Serves: 2

Rezept herunterladen

Zutaten

- 100 g gemahlene Mandeln
 - 1 Würfel Hefe
 - 500 ml lauwarmes Wasser
 - 250 g Dinkel-Vollkornmehl
 - 250 g Weizen-Vollkornmehl
 - 2 TL Salz
 - 2 TL Balsamico-Essig
 - Sonnenblumenkerne
 - Kürbiskerne
 - Leinsamen
 - Sesam
 - EASIYO Natur zum Bestreichen
-

Zubereitung

Schritt 1

Den Ofen auf 200°C-220°C vorheizen.

Schritt 2

Die Hefe in dem lauwarmen Wasser unter Rühren auflösen. Mehl, Salz, Mandeln und Essig mit dem Knethaken in das Hefewasser rühren, bis ein glatter Teig entstanden ist. Kerne und Körner unterrühren und gerne noch ein bisschen länger durchkneten. Der Teig ist relativ klebrig und

flüssig und muss nicht gehen!

Schritt 3

In eine Brotbackform geben und den Teig mit dem Joghurt bestreichen und noch ein paar Kürbiskerne oben drauf streuen. Die Menge ist nach Lust und Laune variabel. Wer das eine nicht mag, lässt es einfach weg. Ich nehme immer von allem viel.

Schritt 4

Auf der zweiten Schiene von unten ca. 60 Minuten backen.

Schritt 5

Dazu passt wunderbar gesalzene Butter und Kräuterfrischkäse.

Cook's Notes

Sollte von der Mayonnaise etwas übrig bleiben, schmeckt sie später fantastisch zu Gegrilltem.

Hervorragend