

5-Minuten-Brot



Schneller und einfacher kann man kein Brot selberbacken! Und dazu schmeckt es auch noch richtig gut!

Zubereitungszeit: 5 min

Wartezeit:

Backzeit: 45 min

ZUTATEN

400 g Weizenvollkornmehl

400 g Dinkelvollkornmehl

3 gestrichene TL Salz

1 P. Trockenhefe

1 Schuss Weißweinessig

1 TL Zuckerrüben-Sirup

3 EL Leinsamen

3 EL Sesam

3 EL Sonnenblumenkerne

3 EL kernige Haferflocken



3 EL Weizenkleie 800 g lauwarmes Wasser

ZUBEREITUNG

- 1. Eine große oder zwei kleine Kastenform(en) einfetten.
- 2. Alle Zutaten gründlich verrühren und in die Backform(en) füllen.
- 3. Mit etwas Wasser bestreichen. Wer mag kann noch Körner nach Wahl auf den Teig geben.
- 4. Die Form(en) in den kalten Backofen stellen und die Temperatur auf 210 °C Umluft einstellen.
- 5. Sobald die Temperatur erreicht ist, beginnt die Backzeit von 45-55 Minuten.
- 6. Nach der Backzeit das Brot aus der Form stürzen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.