



Knoblauch - Salbei Brot

super zu Suppen und Salaten

Backblech einfetten. Mehl in eine große Schüssel sieben. Hefe, Salbei und die Hälfte des Salzes einrühren. 1TL des Knoblauchs zum Bestreuen aufbewahren. Den Rest in die Schüssel geben. Honig zusammen mit dem Wasser dazugeben und den Teig verkneten.

Teig auf einer leicht bemehlten Fläche ca. 5 min kneten. Den Teig in eine gefettete Schüssel geben und an einem warmen Ort 1,5 Std. gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Den Teig nochmals kneten, zu einem Ring formen und auf das Backblech legen. Abgedeckt nochmals 30 min gehen lassen. Das restliche Salz und den Knoblauch darauf streuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200°C 25-30 min backen. Abkühlen lassen.

Arbeitszeit	ca. 30 Minuten
Ruhezeit	ca. 2 Stunden
Gesamtzeit	ca. 2 Stunden 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad	normal
Kalorien p. P.	ca. 137



Zutaten für 6 Portionen:

225 g Mehl (Weizenvollkornmehl)

1 Pck. Hefe (Trockenhefe)

3 EL Salbei, gehackt

2 TL Salz

3 Zehe/n Knoblauch, klein geschnitten

1 TL Honig

150 ml Wasser, lauwarm

Rezept von: Saeros