



## Schnelles Brot

### supereinfach und lecker

Den Ofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Im Wasser Hefe, Zucker und Salz auflösen. Mehl, Haferflocken und Kerne in eine Schüssel geben - zusammen ca. 1000 g. Sehr gut schmecken Leinsamen, Haferflocken, Sonnenblumen-, Walnuss- oder Kürbiskerne.

Jetzt das Wasser mit Hefe, Salz, Zucker, Essig und Öl dazugeben und mit dem Rührgerät verkneten. Den Teig in eine gut gefettete Kastenform geben und bei 190 °C ca. 75 Minuten backen.

Wenn das Brot fertig ist, sofort aus der Form nehmen und auskühlen lassen.

Alternativ kann auch Dinkelvollkornmehl und normales Roggenmehl verwendet werden.

<b>Arbeitszeit</b>	ca. 20 Minuten
<b>Koch-/Backzeit</b>	ca. 1 Stunde 15 Minuten
<b>Gesamtzeit</b>	ca. 1 Stunde 35 Minuten
<b>Schwierigkeitsgrad</b>	normal



### Zutaten für 1 Portionen:

**400 g** Dinkelmehl

**400 g** Roggenvollkornmehl

**700 ml** Wasser, handwarm, ca. 37 °C

**1 Würfel** Hefe

**1 EL** Salz

**1 TL** Zucker

**1 EL** Obstessig

**1 EL** Honig oder Öl oder Sirup

**n. B.** Kerne nach Wahl, bis 1 kg inkl. Mehl

Fett für die Form

**Rezept von: Jokeline08**