

# 10-Minuten Brot

etwa 12 Stücke



gelingt leicht

bis zu 10 Min.



## Zutaten:

### Zum Vorbereiten:

Sonnenblumenkerne

### Teig:

1 Beutel Dr. Oetker Trockenhefe  
4 ½ dl Wasser, lauwarm (450 ml)  
500 g Dinkelmehl  
50 g Sonnenblumenkerne  
50 g Leinsamen  
50 g Sesamsamen  
2 TL Salz  
2 TL Apfelessig

## 1 Vorbereiten:

Die Innenseite der Cakeform (ca. 25 cm) mit Dr. Oetker Backspray einsprühen und mit Sonnenblumenkernen bestreuen.

## 2 Teig:

Trockenhefe im Wasser auflösen. Das Mehl mit Sonnenblumenkernen, Leinsamen, Sesam und Salz vermischen. Hefewasser und Essig begeben und mit dem Mixer (Kneithaken) zu einem Teig kneten. Teig in die Cakeform füllen und in die Mitte des noch **kalten Backofens** schieben und Backofen einschalten. Nach 15 Minuten mit einem geölten, spitzen Messer der Länge nach in der Mitte ca. 1 cm tief einschneiden und weitere 35 Minuten backen.

**Ober-/Unterhitze 190 °C**

**Heißluft 170 °C**

**Rille: in der Mitte des Backofens**

**Backzeit: 50 Minuten**

Brot aus der Form lösen und ohne Form nochmals während 5 bis 10 Minuten fertig backen.

**Backzeit: 5 - 10 Minuten**

Brot auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.



Tipps von Dr. Oetker Konditormeister

- Nach Belieben können dem Teig 1 bis 2 TL Brotgewürz (Mischung aus Kümmel, Anis, Fenchel und Koriander) oder Provence-Kräuter beigemischt werden.
- Dieses Brot passt wunderbar zur [Caramel-Cookies-Crème](#) von Azra.

