

Glutenfreies Körnlibrot

1 Stück



etwas Übung erforderlich

bis zu 20 Min.



Zutaten:

Teig:

100 g Vollkorn-Reismehl
150 g Buchweizenmehl
100 g Kichererbsenmehl
1 Beutel Dr. Oetker Trockenhefe
1 TL Salz
3 dl Wasser (300 ml)

Zum Bestreuen:

1 EL Sesamsamen
1 EL Sonnenblumenkerne
1 EL Kürbiskerne

1 Vorbereiten:

Cakeform (25 cm) mit Backpapier auslegen.

2 Teig:

Die unterschiedlichen Mehle mit Trockenhefe und Salz vermischen. Wasser begeben, mit dem Mixer (Knethaken) ca. 3 Minuten kneten und in die Cakeform füllen. Sesam, Sonnenblumen- und Kürbiskerne mischen und aufstreuen. Den Teig zugedeckt auf das Doppelte aufgehen lassen (ca. 60 bis 90 Minuten).

Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze 210 °C

Heißluft 190 °C

Das Brot in der Mitte des vorgeheizten Backofens während 10 Minuten backen.

Rille: in der Mitte des Backofens

Backzeit: 10 Minuten



Dr. Oetker AG/SA

Nach 10 Minuten die Backofentemperatur um 30 °C reduzieren und das Brot weitere 30 Minuten im Ofen lassen.

Ober-/Unterhitze 180 °C

Heißluft 160 °C

Backzeit: 30 Minuten

Das Brot auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.



© Dr. Oetker AG, Postfach, 4653 Obergösgen · www.oetker.ch E-Mail: service@oetker.ch · Tel. 062 285 53 53