

Vollkornbrot - lecker und schnell



Zutaten:

1 Würfel Hefe

500 g lauwarmes Wasser

500 g Dinkelvollkornmehl

100 g Walnüsse (kleingehackt) oder Kürbis- und Sonnenblumenkerne

50 g Chia-Samen

2 TL Salz

1 TL Brotgewürz

2 EL Apfelessig

n. B. Sesam zum Bestreuen

Zubereitung:

- Hefe und Wasser mit Handrührgerät 1 Minute verrühren
- Alle übrigen Zutaten hinzugeben und 3 Minuten verrühren
- Fertigen Teig direkt in eine gefettete Brotbackform geben und 60 min im Backofen bei 220 Grad Ober-/Unterhitze (ohne Vorheizen) backen
- Brot sofort aus der Form stürzen und abkühlen lassen

Dauer: 10 min Vorbereitung / 60 min Backen

