

SAFTIGES HAFERBROT | GLUTENFREI

Backen
mit
Christina

★★★★☆ 3.8 bei 20 Bewertungen



Zubereitung

- 1 Erst das Wasser und danach die restlichen Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem Teig kneten. Den Teig danach zugedeckt ca 60 Minuten gehen lassen.
- 2 Den Teig vorsichtig mit Hilfe von etwas Hafermehl zu einem Brotlaib formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.
- 3 Das Brot im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad mit viel Dampf ca 45 Minuten backen.



Zutaten

FÜR 1 BROT À CA. 850 G

TEIG

350 g	lauwarmes Wasser
300 g	Hafervollkornmehl
70 g	geschrotete Leinsamen
50 g	Reismehl
45 g	Buchweizenmehl
15 g	Flohsamenschalen
10 g	Salz
5 g	Brotgewürz
20 g	gemischte Körner nach Wunsch
10 g	frische Germ