

Rezept 023 : Buttermilchbrot

Zutaten :

500 ml Buttermilch
250 ml Wasser
1 Würfel Germ
1/2 EL Zucker
1 EL Salz
550 g Mehl (z.B. Weizenvollkornmehl)
200 g Haferflocken (kernig)
50 g Sonnenblumenkerne
Gewürze wie es bleibt (Fenchel, Koriander, Kümmel, Anis, ...)
Fett für die Form

Zuerst die Germ im lauwarmen Wasser auflösen. Dann die anderen Zutaten hinzufügen. Alles mit dem Handrührgerät zu einem weichen Teig verkneten.

Den Teig in eine gefettete Kastenform (ca. 30 cm Länge) geben und mehrmals einschneiden und 30 Min. gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Backofen bei 200 °C ca. 1 Stunde backen.

Das Brot wird sehr saftig und bleibt lange frisch.

Guten Geschmack !