

Karotten Walnuss Brot

Zutaten:

250 ml Wasser
20 g Hefe
1 TL Fenner Harz
200 g Weizenmehl 550
300 g Dinkelmehl 630
2 Karotten
75 g Walnüsse
50 g Saaten nach Wahl
(Chia, Leinsamen, Sesam)
1 TL Salz
Optional 1 TL Brot Gewürz



Zubereitung :

Möhren schälen und fein reiben (im TM 10 Sec./ Stufe 4,5), in eine separate Schüssel füllen
Walnüsse klein hacken (im TM 4 Sek. Stufe 6), zu den Karotten geben.

Hefe und Fenner Harz in lauwarmem Wasser auflösen (im TM 3 Min./37°/Stufe 2)

Mehl, Salz, Gewürz, Karotten, Saaten und Walnüsse zugeben und alles gut verkneten.
(im TM Knetstufe 5 Min.)

Den Teig in eine geölte Edelstahl Schüssel geben und abgedeckt 1 Stunde ruhen lassen.

Dann auf die Teigunterlage geben und mehrfach falten, in den gemehlten Ofenmeister legen, bemehlen, einschneiden, Deckel auflegen.

In den kalten Backofen stellen und bei 230 Grad 1 Stunde backen.

*Martina
kocht & backt*