

GLUTEN + LACTOSEFREIES KÜRBISKERNBROT-RUSTIKAL-DUNKEL MANTLER

Autor: Gast, 22.04.2019

Zubereitung:

Rezeptur für 4 Brote a 500 g

Bei der Verarbeitung sollten alle Zutaten Raumtemperatur haben.

Teigruhe: 10 Minuten

Den Teig in Backformen füllen.

Vor der Gare mit Kürbiskernen bestreuen und mit einer in Speiseöl getauchten Spachtel in der Mitte einen Längsschnitt drücken.

Garzeit: ca. 40 Minuten

Backzeit: 50-60 Minuten im vorgeheizten Backofen

Backtemperatur: 210°C



Zutaten für 3 Personen:

- 1000 g Glutenfreie Brotbackmischung lactosefrei dunkel,Mantler
- 1000 ml Wasser
- 200 g Kürbiskerne
- 50 g Speiseöl
- 30 g Salz
- 40 g frische Hefe oder
- 20 g Trocken-Back-Hefe,Seitenbacher
- 2 Essl. Kürbiskerne (für Dekor)



Wichtiger Hinweis: Dieses Rezept ist nur für den privaten Gebrauch. Kommerzieller Gebrauch und Vertrieb sind ebenso wie Weiterverbreitung im Internet und durch Druckmedien außer durch den Autor selbst oder durch QUERFOOD glutenfrei leben nicht erlaubt.