

Weizenvollkornbrot

Für 1 Kastenform brauche Sie:

400g Weizenvollkornmehl

50g Weizenkeime

15g frische Hefe

15g Salz

1/2 handvoll Nüsse nach Wahl

1.

Hefe in warmen Wasser lösen, mit etwas Mehl bestreuen und ca. 10min gehen lassen.

2.

Alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten. 90min gehen lassen.

3.

In eine Backform legen, nochmal 50-60min gehen lassen.

4.

Brot mit Wasser besprühen, eine Tasse Wasser auf den Ofenboden stellen.

5.

Im vorgeheizten Backofen erst 5min bei 240°C, dann 50-55min bei 185°C backen.