

Rezept

Schwedisches Vollkornbrot

Ein Rezept von Schwedisches Vollkornbrot, am 19.04.2024

Zutaten

| | |
|----------------------------------|--|
| 50 g Weizenvollkornschrot | 50 g Haferflocken |
| 200 g Weizenvollkornmehl | 200 g Weizenmehl Type 550 |
| 1 TL Salz | 1 EL Dillsamen (nach Belieben) |
| 1 1/2 Pck. Backpulver | 4 EL Rapsöl oder anderes Pflanzenöl |
| 1 M Ei | 1 TL Zuckerkulör (nach Belieben) |
| ca 400 ml Buttermilch | 1 Kastenform (30 cm Länge) |
| Butter für die Form | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot von 700 g | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 335 kcal

Zubereitung

1. In einer Schüssel Schrot, Haferflocken, Vollkornmehl, Weizenmehl, Salz, Dillsamen (falls verwendet) und Backpulver mischen. Öl mit Ei und Zuckerkulör verrühren, ebenfalls in die Schüssel geben und alles grob vermengen.
2. Die Buttermilch bis auf eine halbe Tasse (ca. 50 ml) dazugießen und alles mit dem elektrischen Knethaken oder einem Kochlöffel ca. 3 Min. gründlich verrühren. Ist der Teig zu trocken, noch etwas Buttermilch hinzufügen.
3. Den Backofen auf 200° vorheizen (Umluft nicht geeignet). Die Backform einfetten, den Teig einfüllen, glatt streichen, Oberfläche mit einem Messer längs einmal einschneiden und das Brot auf der zweiten Schiene von unten ca. 45 Min. backen. Das Brot auf ein Kuchengitter stürzen und auskühlen lassen. Dieses Brot schmeckt am besten am Backtag.