Rezept

Früchtebrot

Ein Rezept von Früchtebrot, am 24.08.2025

Zutaten

200 g	getrocknete Datteln
4	getrocknete Bananen
125 g	Rosinen
100 g	Orangeat
	1/2 Würfel Hefe (21 g)
1 TL	Zimt
2 EL	Honig
200 g	getrocknete Feigen
100 g	getrocknete Aprikosen
100 g	Zitronat
100 g	gehackte Mandeln
250 g	Weizenvollkornmehl
2 TL	gemahlener Anis
	Fett für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Kastenform von 30 cm Länge (16 Stück) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Datteln, Feigen, Bananen und Aprikosen in kleine Würfel schneiden. Mit Wasser bedeckt kurz aufkochen lassen. Rosinen, Zitronat, Orangeat und die Mandeln zufügen und 10 Min. bei geringer Hitze ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, das Kochwasser auffangen.

2. Die Hefe zerbröckeln und in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mehl, Zimt und Anis mischen. Mit der angerührten Hefe, dem Kochwasser und dem Honig zu einem festen Teig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort 30 Min. gehen lassen.

3. Die Backform fetten. Den Teig nochmals durchkneten. Die Fruchtmasse gründlich unterkneten und den Teig in die Form füllen. Abgedeckt weitere 20 Min. gehen lassen.

4. Den Backofen vorheizen. Das Früchtebrot im Ofen bei 175° (Mitte, Umluft 160°) 50-60 Min. backen. Leicht abgekühlt aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. In Alufolie wickeln und kühl aufbewahren.