

Rezept

Früchtebrot

Ein Rezept von Früchtebrot, am 13.06.2026

Zutaten

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