Rezept

Möhrenbrot ganz einfach

Ein Rezept von Möhrenbrot ganz einfach, am 08.06.2025

Zutaten

- **400 g** Dinkelmehl (Type 630)
- **200 g** Roggenmehl (Type 1150)
- **5 g** frische Hefe
- **200 g** Vollkorn-Dinkelmehl
- **50 g** geschroteter Leinsamen
- **500 ml** Möhrensaft

Außerdem:

Kastenform (30 cm lang)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (24 Scheiben) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 130 kcal, 1 g F, 5 g EW, 23 g KH

Zubereitung

1. Alle Mehlsorten und Leinsamen in einer großen Schüssel mischen. Die Hefe darüberbröseln. Möhrensaft und 150 ml lauwarmes Wasser zugießen und alles mit einem Holzlöffel verrühren. Die Schüssel abdecken und den Teig ca. 24 Std. bei Raumtemperatur gehen lassen. Währenddessen den Teig zweimal mit einem Teigschaber nach innen falten. Dafür den Teig mithilfe des Schabers rundum mehrmals von außen in die Mitte ziehen.

2. Den Backofen auf 250° vorheizen, die Kastenform mit Backpapier auslegen. Den Teig nochmals falten, dann vorsichtig in die Form füllen und abgedeckt gehen lassen, bis der Ofen heiß ist. Das Brot im Ofen (unten) ca. 15 Min. backen. Dann die Temperatur auf 180° reduzieren und das Brot in ca. 45 Min. fertig backen.

3. Das Brot aus dem Ofen nehmen und ca. 20 Min. in der Form abkühlen lassen. Danach auf ein Kuchengitter stürzen und vollständig auskühlen lassen. In Scheiben geschnitten kann das Möhrenbrot sehr gut tiefgekühlt werden.