

Rezept

# Quinoa-Vollkornbrot für Backautomaten

Ein Rezept von Quinoa-Vollkornbrot für Backautomaten, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>250 g</b> Quinoa-Vollkornmehl (Werz)	<b>250 g</b> Hirse-Vollkornmehl (Werz)
3-5 g Johannisbrotkernmehl	<b>2 EL</b> Sesamsamen
<b>2 EL</b> Leinsamen	1/2 EL Salz
<b>1 EL</b> Brotgewürz	<b>80 g</b> Sonnenblumenkerne
<b>2 EL</b> glutenfreier Trockensauerteig (Hammermühle)	<b>1</b> zerbröckelter Würfel frische Hefe (42 g)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 1 CA. 750 G SCHWERES BROT (15-25 SCHEIBEN) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min  
Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

## Zubereitung

1. 500 ml lauwarmes Wasser in den Backeinsatz des Brotbackautomaten geben. Die restlichen Zutaten in der angegebenen Reihenfolge einfüllen und das Programm »Normal« oder »Glutenfrei« des Backautomaten starten.
- 
2. Beim ersten Knetvorgang die Reste der Teigbestandteile vom Rand des Backeinsatzes lösen und bei Bedarf vorsichtig noch bis zu 50 ml Wasser dazugießen.