Rezept

Schnelles Körnerbrot

Ein Rezept von Schnelles Körnerbrot, am 21.05.2025

Zutaten

150 g	Weizenmehl (Type 550)
1,5 TL	Küchennatron
10 g	Salz
5 EL	gemischte Samenkörner (z. B. Kürbis- oder Sonnenblumenkerne, Leinsamen)
	Mehl, Backpapier
100 g	Backeiweiß
1/2 Päckchen	Backpulver
175 g	Roggenvollkornmehl
400 ml	Buttermilch
1	Ei (Größe M)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (750 Gramm) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 1917 kcal

Zubereitung

1. Den Ofen auf 190° (Umluft nicht empfehlenswert) vorheizen. Mehl, Backeiweiß, Natron, Backpulver und Salz in eine Schüssel sieben und mit dem Vollkornmehl vermischen.

2. Die Samenkörner grob hacken und mit der Buttermilch und dem Ei unter die Mehlmischung rühren. Alles auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche zu einem lockeren, geschmeidigen Teig kneten.

3. Das Teigstück rund formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Das Brot im Ofen (2. Schiene von unten) 45 Min. backen. Das Körnerbrot vor dem Schneiden auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen.