



Möhrenbrot

Du brauchst dafür:

- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1 Teelöffel Zucker
- 0,4 Liter warmes Wasser
- 500 g Weizenvollkornmehl
- 1 Teelöffel Salz
- 200 g Möhren
- Milch zum Bestreichen
- 75 g Sonnenblumenkerne



4 Knete den Teig erneut durch und gib ihn in eine gefettete Backform. Bestreiche den Teig mit etwas Milch und streue Sonnenblumenkerne darüber.

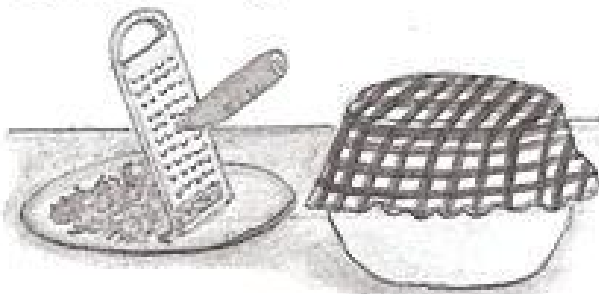
Lasse den Teig dann noch einmal 30 Minuten gehen.

5 Backe das Brot im gut vorgeheizten Backofen bei 200 Grad etwa 50 Minuten lang.



1 Verrühre die Hefe und den Zucker mit etwas warmen Wasser. Lasse die Mischung an einem warmen Ort 15 Minuten gehen.

2 Verknete die angerührte Hefe mit dem restlichen Wasser, Mehl, Salz und der geraspelten Möhre. Verknete alles gut miteinander.



3 Lasse den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen.

Abwandlung: Kräuterbrot
Gib zum Teig etwa 3 Esslöffel gehackte Kräuter statt Möhren dazu.



Noch warm mit Butter und Honig genießen. Köstlich!