

KAROTTENBROT



Zutaten

FÜR 1 BROTLAIB

TEIG

320 g	lauwarmes Wasser
200 g	Dinkelvollkornmehl
150 g	Weizenbrotmehl
150 g	Roggenmehl
100 g	Karotten fein gerieben
30 g	Sonnenblumenkerne
10 g	Salz
10 g	frische Germ

- 1 Aus den angegebenen Zutaten einen eher weichen Germteig zubereiten und diesen zugedeckt ca. 20 Minuten rasten lassen.
- 2 Anschließend nochmals durchkneten und in einen Tontopf (alternativ einfach auf ein Backblech) legen. Den Brotlaib ungefähr 15 Minuten gehen lassen.
- 3 In der Zwischenzeit den Backofen auf 250 Grad (Heißluft) vorheizen.

Das Brot (mit dem Deckel zugedeckt) in den vorgeheizten Backofen geben und am besten ein paar Eiswürfel zur Dampferzeugung auf den Boden des Backofens „schießen“.
- 4 Nach 15 Minuten die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und das Brot ca 35 Minuten fertig backen.