



# Die Mehlkiste

... hat alles was Sie zum Backen brauchen.

## Rezept des Monats November 2010

### Kraftbrot

#### Zutaten:

200	g	Möhren
100	g	Walnusskerne
100	g	Haselnusskerne
100	g	Roggenmehl Type 1150
400	g	Dinkelvollkornmehl
2	gestr. TL	Salz
20	g	frische Hefe
1	Prise	Zucker
250	ml	lauwarmes Wasser

etwas Roggenmehl zum Bestäuben

1. Möhren putzen, waschen, schälen, abspülen und auf einer Haushaltsreibe kleinraspeln. Nüsse grob hacken.
2. Hefe mit etwas Zucker in lauwarmem Wasser auflösen und ca. 15 Minuten stehen lassen bis sich kleine Bläschen an der Oberfläche bilden.
3. Geben Sie alle Zutaten in eine Schüssel und verkneten Sie alles zu einem glatten Teig. Den Teig mit Mehl bestäuben und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 60 Minuten gehen lassen.
4. Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und nochmals kräftig durchkneten. Formen Sie aus dem Teig eine Rolle, geben Sie diese in eine gefettete Kastenform. Bestäuben Sie den Teig noch einmal mit etwas Mehl, decken die Kastenform ab und lassen den Teig wiederum ca. 40 Minuten an einem warmen Ort gehen.
5. Backofen auf 250°C (Ober-/Unterhitze), bzw. 230°C (Heißluft) vorheizen.
6. Schneiden Sie mehrere Kreuze in die Oberfläche des Teiglings und schieben Sie die Form auf der mittleren Schiene in den Backofen.
7. Backen Sie das Brot ca. 40 Minuten. Nach 10 Minuten Backzeit drehen Sie die Temperatur um 50°C zurück auf 200°C (Ober-/Unterhitze), bzw. 180°C (Heißluft). Backen Sie das Brot fertig bis es goldgelb ist.
8. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

#### **Öffnungszeiten:**

**Montag – Freitag** 15:00 – 18:00 Uhr  
**Zusätzlich Mittwoch** 9:30 – 12:30 Uhr  
**Samstag** 9:00 – 12:00 Uhr

**Brückenstr. 2 – 6, 41516 Grevenbroich**  
**Tel.: 02181/2279-0 Fax: 02181/2279-40**  
**www.muehle-kottmann.de**