

## 6-Körnerbrot

### Fertigbackmischung

Füllmenge 1000g oder 2500g

Die unten angegebenen Zutaten mit dem Knethaken des Küchenmixers 5 Minuten im 3. Gang durchkneten und anschließend im zugedeckten Gefäß ca. 20 Minuten gehen lassen. Teig zu einer Rolle formen, die etwa die Hälfte einer Kastenform ausfüllt, und wiederum ca. 60 Minuten zugedeckt gehen lassen (oder bis der Teig den Rand der Form erreicht hat). Danach im vorgeheizten Backofen ca. 40-45 Minuten backen.

Heißlufttherd: bei 220°C beginnen, nach 15 Minuten auf 180° absinken lassen.

Elektroherd: mittlere Schiene 230°C beginnen, nach 15 Minuten auf 200°C absinken lassen.

Tipp: Zur Dampfbildung empfiehlt es sich, ein Gefäß mit Wasser in den Ofen zu stellen.

Mischung	Wasser	frische Hefe	Fett/Öl
500 g	300 ml	20 g	5 g
1000 g	600 ml	30 g	10 g

Zutaten: **Roggenmehl, Weizenmehl**, 27% Körnermischung (Leinsaat, **Weizenschrot, Roggenschrot**, Hirse, **Gerstenschrot, Sesam, Haferschrot**), 3,5% Maismehl, jod. Salz, **Roggenmalz, Weizengluten**, Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure

**Kann Spuren von: Ei-, Soja-, Milch-, Sellerie- und Senferzeugnissen enthalten.**

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1437 kJ (343 kcal)
Fett	3,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,6 g
Kohlenhydrate	63,2 g
davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	10,5 g
Salz	0,02 g
Die Nährwertangaben basieren auf dem Bundeslebensmittelschlüssel und Lieferantenangaben. Wir weisen darauf hin, dass es sich hier um natürliche Produkte handelt, die den natürlichen Schwankungen unterliegen.	