

## Schwarzwälder

## Landbrot

### Backmischung

### herzhaftes Weizenmischbrot

### **1000 g und 2500 g netto**

Die unten angegebenen Zutaten mit den Knethaken des Küchenmixers 5 Minuten im 2. Gang durchkneten und anschließend im zugedeckten Gefäß ca. 20 Minuten gehen lassen, zu einer Rolle formen und entweder in eine Kastenform legen oder in einen bemehlten Brotkorb legen. Wiederum ca. 45 Minuten zugedeckt gehen lassen, Brot vorsichtig aus dem Korb auf ein Backblech legen. Danach Teig im vorgeheizten Backofen 50 Minuten garen.

Tipp: Zur Dampfbildung empfiehlt es sich, ein Gefäß mit Wasser mit in den Ofen zu stellen. Heißlufttherd: bei 230°C beginnen, nach 20 Minuten auf 200°C absinken lassen. Elektroherd: Mittlere Schiene 240 °C danach auf 210°C absinken lassen

Mischung	Wasser	Hefe	Fett
500 g	300 ml	20 g	20 g
1000 g	600 ml	40 g	40 g

Zutaten: Mehl (**Weizen, Roggen**), Roggensauerteig (**Roggenvollkornmehl** auf natürlichem Weg 3-stufig mit Sauerteigbakterien gesäuert), **Roggenmalz**, jod. Salz, **Weizengluten**, Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure

**Kann Spuren von: Ei und Soja enthalten.**

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1321 kJ (315 kcal)
Fett	1,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	69,2 g
davon Zucker	2,2 g
Eiweiß	9,6 g
Salz	2,2 g
Die Nährwertangaben basieren auf dem Bundeslebensmittelschlüssel und Lieferantenangaben. Wir weisen darauf hin, dass es sich hier um Naturprodukte handelt, die den natürlichen Schwankungen unterliegen.	