

Ihr zuverlässiger Partner für Getreide, Mehle und Schrote

## Korn an Korn

### Backmischung

## Kerniges Roggenvollkornbrot mit Sonnenblumenkerne und Leinsaat

### 1000 g und 2500 g netto

Die unten angegebenen Zutaten verrühren, nicht kneten und anschließend im zugedeckten Gefäß ca. 60 Minuten gehen lassen. Teig in eine Kastenform legen und (mit Wasser) glattstreichen. Wiederum ca. 60 Minuten zugedeckt gehen lassen. Im vorgeheizten Backofen das Brot ca. 60 - 80 Minuten backen.

Im Heißlufttherd: 230°C, nach 20 Minuten auf 190°C zurückstellen.

Im Elektroherd: 240°C, nach 20 Minuten auf 210°C zurückstellen.

Brot nach dem Backen ca. 30 Minuten auskühlen lassen, dann aus der Form nehmen und in ein angefeuchtetes Tuch drehen und kühl lagern.

Möglichst erst am nächsten Tag anschneiden.

Tipp: Noch besser quellen die Kerne auf, wenn Sie die Mehlmischung und Wasser mischen und über Nacht quellen lassen. Erst morgens die Hefe zusetzen und ca. 1 Stunde in der Kastenform gehen lassen und wie beschrieben abbacken.

Mischung	Wasser	Hefe
500 g	350 ml	5 g
1000 g	700 ml	10 g

Zutaten: Roggenschrot, Mehl (Roggen, **Weizen**), 10,7% Sonnenblumenkerne, Roggensauerteig (Roggenvollkornmehl auf natürlichem Weg 3-stufig mit Sauerteigbakterien gesäuert), Roggenflocken, Leinsamen, jod. Salz, **Weizenkleie**, Roggenmalzpulver

### Kann Spuren von: Sesam, Soja, und Senf enthalten.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
<b>Energie</b>	1248 kJ (298 kcal)
<b>Fett</b>	5,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,6 g
<b>Kohlenhydrate</b>	57,2 g
davon Zucker	6,1 g
<b>Eiweiß</b>	11,5 g
<b>Salz</b>	2,3 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.

Mühle-Kottmann GmbH & Co. KG  
Brückenstraße 2-6 · 41516 Grevenbroich

Telefon: (0 21 81) 22 79-0  
Telefax: (0 21 81) 22 79-40  
www.muehle-kottmann.de

Sparkasse Neuss · BLZ 305 500 00 · Konto 83 122 747  
IBAN: DE75 3055 0000 0083 1227 47 · BIC: WELADEDN

LBBW / RLP-BANK / BW-Bank · BLZ 600 501 01 · Konto 0008 582 410  
IBAN: DE33 6005 0101 0008 5824 10 · BIC: SOLA DE ST  
USt. Id-Nr. DE 254589685



Kommanditgesellschaft · Sitz Grevenbroich · RG Mönchengladbach · HRA 6109 · Persönlich haftende Gesellschafterin:  
Mehlbox-GmbH Sitz Grevenbroich · RG Mönchengladbach · HRB 7934 · Geschäftsführer: Birgit Kottmann, Wolfgang Kottmann

