

Haselnuss Schwarzbrot

Fertigbackmischung

Herzhaftes Roggenvollkornbrot

1000 g netto

Die unten angegebenen Zutaten verrühren, nicht kneten und anschließend im zugedeckten Gefäß ca. 20 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.

Tipp: Nach Geschmack kann das rheinische Schwarzbrot mit Rübengrün verfeinert werden. Wenn Sie mehr Nüsse mögen, können Sie noch bis zu 10% Nüsse dazugeben, dies können z. B. auch Walnüsse sein.

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.

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

Zutaten: Roggenflocken, Roggensauerteig (Roggenvollkornmehl auf natürlichem Weg 3-stufig mit Sauerteigbakterien gesäuert), 10,7% Haselnüsse, Weizenmehl, jod. Salz, Roggenmalz

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1241 kJ (296 kcal)
Fett	8,4 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,8 g
Kohlenhydrate	54,1 g
davon Zucker	1,6 g
Eiweiß	10,1 g
Salz	2,1 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.