

kerniges Fruchtebrot

Fertigbackmischung für

süßes Weißbrot mit Früchten, Nüssen und Kernen

1000 g netto

Backmischung, Wasser, Butter und Hefe wie angegeben vermischen und mit der und mit der Küchenmaschine 3 Minuten schnell verrühren. Teig zu einem Ballen formen und in einer zugedeckten Schüssel ca. 20 Minuten gehen lassen. Danach durchschlagen, in 3 gleiche Stücke teilen und zu ca. 30 cm langen Stangen rollen. Die 3 Teile zu einem Zopf flechten und in eine vorgeschmarte Backform legen. 45 Minuten zugedeckt gehen lassen. Der Teig sollte dann den Rand der Backform erreicht haben. Dann ca. 35-40 Minuten ausbacken. Elektroherd 210°C / Heißlufttherd ca. 190° vorgeheizt. Es empfiehlt sich, einen Behälter mit Wasser in den Herd zu setzen.

| Mischung | Wasser | Hefe | Fett |
|----------|--------|------|------|
| 500 g | 210 ml | 20 g | 20 g |
| 1000 g | 420 ml | 40 g | 40 g |

Zutaten: **Weizenmehl**, 11% Kernmischung (Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Rapsschrot), Zucker, 4,5% kandierte Früchte(Datteln, Feigen, Aprikosen, Sukkade, Ananas, Papaya), **Vollmilchpulver**, 0,5% **Nüsse(Haselnüsse,Cashewkerne)**, jod. Salz, Emulgator: Natrium-Stearoyl, L-Lactylat, Dextrose, Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure (E300)

Kann Spuren von: Ei, Soja, Lupine, Sesam und Milch enthalten.

| Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g | |
|--|--------------------|
| Energie | 1542 kJ (368 kcal) |
| Fett | 5,8 g |
| davon gesättigte Fettsäuren | 1,3 g |
| Kohlenhydrate | 66,0 g |
| davon Zucker | 16,6 g |
| Eiweiß | 11,3 g |
| Salz | 1,2 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.