

kerniges Früchtebrot

Backmischung 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 Lieferantangaben. Wir weisen darauf hin, dass es sich hier um Naturprodukte handelt, die den natürlichen Schwankungen unterliegen.