

Vollkornbrot mit Nüssen und Haferflockenkleid

-18.11.2015-



Vollkornbrot (ca. 500g) mit Nüssen und Haferflockenkleid

Es wird benötigt (alles ca. Angaben):

Grundlagen:

- 300 g Vollkornmehl (Dinkel z.B.)
- 200 ml Wasser (lauwarm)
- 1 Würfel Frischhefe (alternativ kann es auch ein Päckchen Trockenhefe sein)
- 1 Esslöffel Öl (z.B. Rapsöl)
- 1 Prise Salz (z.B. grobes Meersalz)

Beigaben:

- # frische Basilikumblätter 
- # frischer Thymian (nur die gezupften Spitzen! )
- # Nüsse  (Walnüsse, Haselnüsse (am besten gebrochen oder gestossen / gehackt)
- # Mandeln
- # Zwiebeln  oder Röstzwiebeln
- # sonstige Gewürze (Chili gemahlen o.ä.)

Zubereitung ✂:

- # Wasser, Öl, Hefe Mehl und Salz vollständig verrühren bzw. verkneten - es muss ein fester, wenig / kaum klebriger Teig entstehen (bei Bedarf mit mehr Wasser bzw. mehr Mehl korrigieren bis die Konsistenz passt)
- # Teig ca. 15 Min-25 Min  gehen lassen (je nach Temperatur der Umgebung und des Wassers)
- # Teig mit den Beigaben vermengen, und nochmals gut durchkneten
- # Oberfläche mit Wasser bestreichen, einmal mit Haferflocken eng bestreuen
- # Haferflocken etwas andrücken
- # Masse in der Brotform im Ofen (am besten mit Backpapier auskleiden) oder im Brotbackautomaten bei ca. 180 Grad (Umluft) abbacken, ca. 75 Min.

--> Wenn das Backen vollständig und erfolgreich war, muss sich das Brot einfach durch umstülpen und ggf. leichtes Klopfen aus der Form lösen

Serviervorschlag:

- nach dem Ofen 15 - 30 Min ruhen lassen, anschneiden und im Brotkorb servieren
- dazu leichten Wein oder Tee reichen
- mit frischer Meersalzbutter oder Kräuterbutter geniessen
- alternativ "süße Variation" mit Butter und Honig