

Mein Lieblingsrezept

Karin Schnick: Dinkelbrot, schnell und lecker "Dies ist eines meiner Lieblingsrezepte, weil es so einfach und lecker ist."

Dinkelbrot:

500 g Mehl (Dinkel Vollkorn oder frisch gemahlen) 200 g Saaten (Sonnenblumen-, Kürbiskerne, Leinsamen, Haferflocken, oder von allem etwas...) 2 Teel. Salz (alles trocken mischen)

500 ml Wasser (lauwarm) mit 1 Würfel Hefe (verrühren)

Trockenzutaten mit Hefewasser und 1 Eßl. Apfelessig gut verkneten.

Backform einfetten (evtl. mit Sesam ausstreuen)

In den kalten Backofen mit 1 Schale Wasser. Ober/Unterhitze 200° für 1 Stunde