

Selbst gebacken

Selbst gebackenes Brot und Brötchen schmecken wunderbar. Mit Körnern und Nüssen lassen sich die Rezepte nach Geschmack variieren.

Möhrenbrot mit Quinoa und Joghurt

2 Möhren, 200 ml lauwarmes Wasser, 1/2 Würfel Hefe, 1 Esslöffel Zucker, 250 g Joghurt, 75 g Quinoa, 50 g Sesam, 550 g Vollkornweizenmehl, 1 Teelöffel Salz.

Möhren schälen und fein raspeln. Hefe in Wasser auflösen. Zucker zugeben. Restliche Zutaten zufügen und alles zu einem homogenen Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, kreuzförmig einschneiden und 1 Stunde gehen lassen. Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Brot im heißen Ofen etwa 40 Minuten backen.



Dieses Möhrenbrot mit Quinoa ist super saftig und bleibt ein paar Tage frisch.