

Fini'S Feinstes

Professional

Weizenvollkornbrot mit Chia & Kürbiskernen

Kuchen & Gebäck

Brot&Gebäck

Hausmannskost

Herbst

Österreichisch

ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ● ○ ○

Sauerteigpulver mit dem Germ und dem lauwarmen Wasser glatt rühren. Weizenvollkornmehl, Kürbiskerne, Chia und Salz zu der Germmischung geben, zu einem glatten Teig kneten (mit Knethaken oder mit den Händen). Mit einer Frischhaltefolie zugedeckt ca. 1 Stunde aufgehen lassen, den Teig wieder zusammenkneten und nochmals aufgehen lassen.

Den Teig in zwei Teile teilen, jeden zu einem länglichen oder ovalen Brot kneten, auf ein Backblech mit Öl legen, nochmals aufgehen lassen, kreuzweise mit einem Messer einschneiden, eventuell mit Wasser bestreichen, mit Kürbiskernen bestreuen, im vorgeheizten Backrohr bei 220 °C (Ober-/Unterhitze) in der mittleren Schiene ca. 25 bis 30 Minuten backen.



ZUTATEN

2 EL Sauerteigpulver

30 g Germ

300 ml Wasser

500 g Fini's Feinstes Weizenvollkornmehl

100 g Kürbiskerne

2 EL Chia

1 EL Salz