



Körndlbrot

herrlich saftig

Körndlbrot - einfach herrlich saftig.



Beschreibung der Zubereitung

Für das **Körndlbrot** die Haselnüsse grob hacken, das Joghurt mit dem Wasser verrühren, die Germ zerkleinern, dazugeben und unter Rühren auflösen. Das Weizen- und das Roggenmehl mischen und das Salz, die Joghurtmischung und die zimmerwarme Butter zugeben.

Zu einem glatten Teig verarbeiten und diesen zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat, anschließend nochmals durchkneten und dabei die Haselnüsse, die Sonnenblumen- und die Kürbiskerne untermischen. Den Teig in eine befettete Kastenform geben und zugedeckt 20 Minuten gehen lassen.

Die Oberfläche mit Wasser bestreichen oder besprühen und mit den Haferflocken bestreuen. Im auf 220 °C vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen, die Hitze danach auf 190 °C reduzieren und das **Körndlbrot** weitere 25 Minuten backen.

Kochen & Küche November 2018

Zutaten

30 g	Haselnüsse
350 ml	Joghurt
130 ml	lauwarmes Wasser
20 g	Germ
300 g	Weizenmehl
200 g	Roggenmehl
10 g	Salz
40 g	Butter
50 g	Sonnenblumenkerne
20 g	Kürbiskerne
2 EL	Haferflocken
	Butter für die Form



151

KALORIEN PRO PORTION
