



# Glutenfreies Brot mit Körnern

Zeit gesamt  
🕒 3h 10min

Zubereitungszeit  
🕒 10min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 1 Portionen

Trockenhefe	0.5 Päckchen
Wasser	400 ml
Zucker	1 TL
Mehl, glutenfrei	320 g
Salz	
Balsamicoessig, hell	1 TL
Salatkerne-Mix	100 g

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Kastenform 28 cm, Handrührgerät mit Knethaken

1. In einer Schüssel Hefe in lauwarmem Wasser mit Zucker auflösen und zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen. Anschließend Mehl, 1 TL Salz, Essig und 3/4 vom Körnermix zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Teig in eine Kastenform füllen und für ca. 2 Std. aufgehen lassen.
2. Anschließend Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Restliche Körner auf dem Brot verteilen. Glutenfreies Körnerbrot ca. 60 Min. backen. Vorsichtig aus dem Ofen nehmen, vollständig abkühlen lassen und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1768 kcal
Kohlenhydrate	266 g
Eiweiß	43 g
Ballaststoffe	18 g
Fette	55 g