



Karotten-Curry-Brot

Zeit gesamt
🕒 1h 55min

Zubereitungszeit
🕒 10min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Karotten	200 g
Wasser	270 g
Hefe, frisch	0.5 St.
Zucker	1 TL
Dinkelmehl, Type 630	650 g
Salz	1 TL
Currypulver	2 TL
Öl	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Monsieur Cuisine

1. Karotten waschen, Enden entfernen und grob in Stücke schneiden. In den Mixbehälter Karotten geben und 8 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Anschließend in eine Schüssel umfüllen.
2. Wasser, Hefe und Zucker in den Mixbehälter geben und 2 Min./Stufe 2/37 °C verrühren. Karotten, Mehl, 1 TL Salz, 2 TL Currypulver und Öl zugeben und 2 Min./Knetstufe verrühren. Teig in eine Schüssel umfüllen und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 60 Min. gehen lassen.
3. Backofen auf 220°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Eine Kastenform einfetten und Brotteig hineingeben. Brot für ca. 15 Min. bei 220 °C backen. Danach Ofen auf 180 °C reduzieren und Brot ca. 40–45 Min. backen.
4. Karotten-Curry-Brot auf einem Gitter abkühlen lassen, aus der Form lösen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	2545 kcal
Kohlenhydrate	474 g
Eiweiß	84 g
Ballaststoffe	31 g
Fette	27 g