

Sonnenblumen- Joghurt-Brot



Vorbereitungszeit 10 Min



Backzeit 1 Std

So wird's gemacht:

Wasser, Honig und Hefe in den Mixtopf geben und 2 Min/37°C/Stufe 1 erwärmen.

Die restlichen Zutaten zugeben und 5 Min kneten.

Teig mindestens 5 Stunden gehen lassen.

Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Teig abfalten, einritzen, in den leicht bemehlten Ofenmeister geben und 1 Stunde backen.

Brot auskühlen lassen und servieren.



ZUTATEN:

- 300 g Wasser
- 10 g Honig
- 20 g Hefe
- 600 g Weizen- oder Dinkelmehl
- 100 g Roggenmehl
- 150 g Naturjoghurt
- 2 TL Salz
- 120 g Sonnenblumenkerne

Gutes Gelingen, Deine Melli