BUCHWEIZENBROT

4.4 bei 144 Bewertungen

1 h 10 min | Germteig | Heißluft | 210 Grad | 40 min

Auf euren Wunsch hin hab ich glutenfrei gebacken – entstanden ist dieses Buchweizenbrot. Ich bin gespannt, wie es euch schmeckt.

Zubereitung

1. Für den Germteig (>Germteig 1×1 (https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/)) zuerst das Wasser und die Buttermilch in eine Rührschüssel geben. Anschließend das Mehl, Saaten, Salz und Germ dazugeben. 5–10 Minuten lang zu einem glatten Teig kneten und diesen ca. 20 Minuten zugedeckt rasten lassen.

2. Den Teig nochmal kurz durchkneten und zu einer Rolle formen.

3. Die Rolle in eine eingefettete Kastenform legen, mit Wasser besprühen und mit einer Körnermischung bestreuen.

4. Im vorgeheizten Ofen bei 210 Grad ca. 40 Minuten backen.

Zutaten

FÜR 1 BROT

TEIG

300 g	lauwarmes Wasser
100 g	lauwarme Buttermilch (kann aber auch durch Wasser ersetzt werden)
500 g	Buchweizenmehl
50 g	Sesam
50 g	Leinsamen
20 g	frische Germ
10 g	Salz