

Low Carb Brot ohne Hefe

Klassisches Eiweißbrot!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, hefefrei



250g Magerquark (laktosefrei)

8 Eier

100g gemahlene Mandeln

100g Leinsamen geschrotet

5 EL Reiskleie

2 EL Sojamehl

1 P. Backpulver

1 TL Salz

1. Umluftherd auf 150 Grad vorheizen.

2. Quark, Eier und Backpulver mit dem Handrührgerät gut verquirlen.

3. Alle restlichen Zutaten zugeben und gut verrühren.

4. Den Teig in eine gefettete, mit gemahlenden Nüssen ausgestreute Backform füllen und bei 150 Grad (Umluft, auf mittlerer Schiene) etwa 90 Minuten backen.

5. Das fertige Brot aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.