

Mandel-Maronenbrot

Ein FREI VON Rezept! Herzhaftes, sehr saftiges und nussig-aromatisches Brot mit mischbrotähnlicher Krume!

FREI VON: Gluten, Weizen, Milch, Ei, Soja, Lupine, Haushaltszucker, Mais



Für ein Brot mit etwa 800g

100g Maronen, geschält und gekocht (erhältlich im Reformhaus oder bei Amazon)

50ml Wasser

1/2 Würfel Frischhefe ODER 1 P. Trockenhefe

1 EL Flohsamenschalenpulver

400ml Wasser

200g Mandelmehl

100g Kastanienmehl

75g gepuffter Amarant

30g gemahlene Leinsamen

1 EL Essig

2 TL Salz

1. Maronen mit 50ml Wasser pürieren.

2. Frisch- oder Trockenhefe in 200ml lauwarmem Wasser auflösen.

3. Gemahlene Flohsamenschalen in die restlichen 200ml Wasser einrühren (das ist sehr wichtig, sonst wird der Teig zu weich!) und sofort mit ALLEN Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem gleichmäßigen Teig verkneten. Hierzu eignet sich eine Küchenmaschine mit Knethacken sehr gut.

4. Den Teig mithilfe eines Teigschabers in ein bemehltes Gärkörbchen geben. Steht kein Gärkörbchen zur Verfügung, so kann der Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Brot- oder Kastenform eingefüllt werden. Den Teig darin aufgehen lassen und in der Backform anschließend nach Anleitung abbacken. An einem warmen Ort etwa 1 Stunde aufgehen lassen.

5. Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech stürzen und die Teigoberfläche mit Wasser bepinseln. Im vorgeheizten Backofen bei 250 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 10 – 12 Minuten backen. Die Temperatur auf 180 Grad reduzieren und das Brot weitere 40 Minuten backen. Das fertige Brot aus dem Ofen nehmen. Es sollte hohl klingen, wenn man darauf klopft! Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Tipp: Wenn das Brot zu saftig ist, kann den Brotlaib über Nacht offen liegen lassen, so zieht etwas Feuchtigkeit nach, ohne das Brot auszutrocknen.

Tipp zur Aufbewahrung: Das Brot in Scheiben schneiden und einfrieren. Scheiben nach Bedarf entnehmen, bei Zimmertemperatur auftauen lassen und im Toaster aufbacken.

