KÜRBISKERNBROT MIT BIO-KÜRBISKERNÖL

Blogdatum 28.10.2020



80 min vegetarisch leicht
Rezept von Anita Moser - Unternehmerin, Kochbuchautorin, Gründerin von "Österreich isst"
www.private-taste.at

Du brauchst:

- 200 g Magerjoghurt
- 200 g Magertopfen
- 120 g Mandelmehl
- 110 g Haferkleie
- 1 Pkg Weinstein Backpulver
- 3 Eier
- 100 g Bio-Kürbiskerne, gehackt oder geschrotet
- 1 EL Bio-Kürbiskernöl
- 1/2 TL Fenchelsamen
- 1 Prise Salz
- Bio-Kürbiskerne zum Bestreuen

Zubereitung:

- Alle Zutaten in einer Rührschüssel vermengen und den Teig für 20 Minuten quellenlassen.
- Backrohr auf 170°C Heißluft vorheizen.
- Nach der Quellzeit Teig in eine Kastenform füllen (20 cm), mit Kürbiskernen bestreuen und Brot ca. 60 Minuten backen.

2026 © All Rights Reserved