

Körnerkruste aus dem Thermomix



© Körnerkruste - Rezepte mit Herz



1 Std. 30 Min. + Wartezeit



leicht



1 Brot (15 Scheiben)

Leser-Rezept von Leserin Anne für ein einfaches Brot - für jeden Tag.

Wir lieben Mixen

Anne Sagenschneider hat uns im Rahmen unserer Leser-Aktion "Wir lieben Mixen" dieses Rezept zugeschickt.

"Der Thermomix ist bei uns viel im Einsatz, egal ob zum Brei kochen für unsere Tochter, zum Brotbacken oder auch für ganze Gerichte", erzählt Anne. Auf ihrem Instagram-Account [annisbunterfoodmix](https://www.instagram.com/annisbunterfoodmix) dreht sich alles um die Familienküche. Langweilig wird es auf Annes Tellern nie.

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	450 g	Wasser
<input type="checkbox"/>	5 g	Hefe
<input type="checkbox"/>	300 g	Dinkelmehl Type 630
<input type="checkbox"/>	450 g	Weizenmehl Type 550
<input type="checkbox"/>	60 g	Chia- oder Leinsamen
<input type="checkbox"/>	60 g	Kürbiskerne
<input type="checkbox"/>	22 g	Salz
<input type="checkbox"/>	3 TL	Rübenkraut
<input type="checkbox"/>	1,5 TL	Backmalz aktiv
<input type="checkbox"/>	1 EL	Zitronensaft
<input type="checkbox"/>		Mehl zum Arbeiten
<input type="checkbox"/>		Nach Belieben Saaten zum Wälzen

Zubereitung

1. Wasser und Hefe in den Thermomix geben, 2 Min./37 °C/Stufe 2 auflösen. Übrige Zutaten zugeben und 5 Min./Teigstufe zu einem Teig verkneten.
2. Den leicht klebrigen Teig in eine Schüssel mit Deckel geben und mehrere Stunden (idealerweise über Nacht) gehen lassen. Teig dabei anfangs 1-2 x dehnen und falten.
3. Nach der Gehzeit Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, mehrmals falten, bis er Spannung aufbaut. Dann zu einem Laib formen, in Saaten wälzen und mit dem Schluss nach unten in ein Gärkorbchen legen. Erneut 1 Std. gehen lassen.
4. Ofen auf 230 °C (210 °C Umluft) vorheizen. Laib in eine ofenfeste Form mit Deckel legen und nach Belieben einschneiden. Im heißen Ofen ca. 50 Min. mit Deckel backen. Dann Deckel abnehmen und ca. 5-10 Min. weiterbacken, bis das Brot eine schöne Backfarbe hat. Aus der Form nehmen und abkühlen lassen.

Nährwertangaben

Pro Scheibe: ca. 220 kcal, 8 g E, 4 g F, 37 g KH

Kocht ihr auch gerne unsere Heft-Rezept nach?

Dann besucht uns doch einfach mal auf [Instagram](#) unter [@rezeptemitherz_magazin](#) und zeigt uns eure nachgekochten Rezepte mit dem Hashtag [#wirliebenmixen](#).

Wir sehen uns!