



Pausenbrot

ZUTATEN für den Zauberkasten+

500 g Dinkelkörner* oder Dinkelvollkornmehl	50 g Sonnenblumenkerne
1/2 Zucchini	1/2 Würfel Hefe (20 g)
100 g Mandeln	2 TL Salz
50 g Kürbiskerne	30 g Apfelessig



Nützliches Zubehör

Zauberkasten, Große Nixe, StreuFix, Mix 'n Scraper, Kuchengitter, Ofenhandschuhe, Brotmesser

ZUBEREITUNG

1. (250g Dinkelkörner in den Mixtopf geben, 45 Sek./St.10 mahlen und umfüllen)*
2. (Mandeln in den Mixtopf geben, 3 Sek./St. 6 mahlen und zu dem gemahlene Dinkel geben)*
3. (250g Dinkelkörner und 1/2 Zucchini in den Mixtopf geben, 45 Sek./St.10 mahlen)*
4. Das Vollkornmehl mit den gehackten Mandeln und geriebenen Zucchini mischen und mit den restlichen Zutaten zu einem zähflüssigen Teig verarbeiten (3 Min./Knetstufe)*
5. Den Teig in den gefetteten Zauberkasten geben und **vorsichtig!** mit der Form 2-3-mal auf die Arbeitsfläche klopfen, damit sich der Teig setzt. Das Brot mit etwas Mehl bestäuben und abgedeckt 30 Minuten an einem warmen Ort stehen lassen. Das Brot im nicht vorgeheizten Backofen 1 Stunde (200°C) backen, danach sofort aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Lasst es euch schmecken!

*Die Angaben beziehen sich auf die Zubereitung im Thermomix.



Julia Will
Selbständige Beraterin für Pampered Chef
mail@frau-will.de · www.frau-will.de ·
<https://www.pamperedchef.eu/pws/will/tabs/home>