

Kernige Möhrenkruste



Braucht zwar etwas Zeit, ist aber wahnsinnig lecker und bleibt lange frisch.

Zubereitungszeit: 30 min

Wartezeit:

Backzeit: 1 Std

Zutaten

- 1 Möhre
- 240 g Weizenmehl (1050)
- 160 g Roggenmehl (1150)
- 10 g Salz
- 1 EL Leinsamen
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 300 ml kaltes Wasser
- 2 g frische Hefe

Zubereitung

1. Möhre fein raspeln (ungefähr 100 g) und zur Seite stellen.
2. Mehle in einer großen Rührschüssel mischen. Hefe darauf bröseln und alle anderen Zutaten (auch die Möhre) dazugeben.
3. Mit der Küchenmaschine/ dem Rührgerät die Zutaten verrühren, NICHT KNETEN!
4. Die Schüssel mit Frischhaltefolien abdecken und ungefähr 8 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen.
5. Eine Kastenform einfetten mit feuchten Händen den Teig in die Form füllen. Die Oberfläche mit feuchten Händen glattstreichen. Abgedeckt 30-45 Minuten gehen lassen.
6. In der Zwischenzeit den Backofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze richtig vorheizen.
7. Das Brot mit Mehl bestäuben, die Temperatur im Backofen auf 200 Grad herunterstellen und für 60 Minuten backen.
8. Nach der Backzeit aus der Form lösen und in ein Geschirrhandtuch gewickelt auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.