



SONNENBLUMENKERNBROT



QimiQ AVANTAGES

- Flaumige und saftige Konsistenz
- Einfache und schnelle Zubereitung
- Backwaren bleiben länger saftig



15



moyen

INGRÉDIENTS POUR 1 BROTLAIB

250 g

500 g Sauerteig

500 g Weizen Mehl Type 1600_Farine de blé type 1600

150 g Sonnenblumenkerne

50 g Leinsamen

150 ml Eau

25 ml Vinaigre de pomme

30 ml Huile d'olive

15 g Sel

PRÉPARATION

1. Alle Zutaten in einen Rührkessel geben und gut durchkneten.
2. Brotlaib formen, nach Belieben mit ganzen Sonnenblumenkernen bestreuen und an einem warmen Ort gehen lassen.
3. Backofen auf 180 °C (Ober- und Unterhitze) vorheizen.
4. Im vorgeheizten Backofen ca. 35-40 Minuten backen.