

Graubrot mit Walnüsse und Kürbiskerne

Zutatenliste

500 g	Weizenmehl (Vollkorn)
150 g	Roggenmehl (1050)
20 g	Hefe
100 g	Walnüsse
60 g	Kürbiskerne
50 g	Leinsamen
380 ml	Wasser (lauwarm)
5 g	Zucker
13 g	Salz
1 EL	Kümmel
1 EL	Majoran
1 TL	Thymian
1 TL	Rosmarin
40 ml	Olivenöl
1 St	Ei (verquirt)



Zubereitung: Die Hefe im Wasserbad auflösen. Die restlichen Zutaten, (außer Olivenöl) in eine Schüssel geben und gut vermengen. Mittig, in eine ausgeformte Mulde das aufgelöste Hefe-Wassergemisch geben. Mit dem Mehl vorsichtig bedecken. Eine Stunde an einem warmen Ort ruhen lassen.

Jetzt das Gemisch zusammen mit dem Olivenöl zu einem Teig kneten. Von Hand ca. 15 min, bis er nicht mehr klebt. Anschließend mit etwas Mehl bestäuben, in die gewünschte Form bringen und auf ein gefettetes Backblech legen.

Oberfläche leicht einritzen. Mit etwas Wasser befeuchten.

Entweder abgedeckt an einem warmen Ort mindestens 40 min gären lassen, oder im Backofen auf Gärstufe . Allerdings kann man sich dann das Abdecken ersparen.

Wenn der Teig mindestens sein doppeltes Volumen erreicht hat, die Ofentemperatur auf 230 Grad für 30 min stellen.

Nach ca. 20 min die Oberfläche mit der Eimasse bestreichen.

Nadeltest machen, Temperatur auf 180 Grad zurückfahren und wenn nötig noch einige Minuten fertigbacken.

Danach das Brot auf dem Blech etwas abkühlen lassen und erst dann vorsichtig lösen und auf ein Gitterrost legen. Mit einem Küchentuch abdecken und auskühlen lassen.

Guten Appetit!

Guten Appetit!