

Glutenfreies Mischbrot

Zutaten	So geht´s
100 g Speisestärke 50 g Kartoffelstärke 50 g Hafermehl 50 g Buchweizenmehl 20 g Kastanienmehl 80 g Reisvollkornmehl 15 g Flohsamenschalen 4 g Guarkernmehl 10 g Salz	... alles klümpchenfrei vermischen
200 g Hefewasser 140 g Wasser, lauwarm 10 g Olivenöl 5 g frische Hefe	... gut verrühren und zum Mehlmix schütten. Gründlich verrühren und für rund 2 Stunden, bis der Teig gut aufgegangen ist, abgedeckt an ein warmes Plätzchen zum Fermentieren stellen.
<i>Backofen auf 230 Grad vorheizen.</i>	Den Teig auf die Arbeitsfläche geben und kräftig verkneten bis er schön homogen, glatt und glänzend ist. In ein Gärkörbchen legen und abgedeckt ruhen lassen bis er sich sichtbar vergrößert hat.
	Auf eine Silikonmatte oder Backpapier stürzen, einschneiden und in den heißen Topf oder direkt auf das Backblech legen.
<i>Backen:</i>	230 Grad - 35 Minuten (mit Deckel) 200 Grad - 20 Minuten (ohne Deckel) Auf einem Gitter auskühlen lassen.



Viel Erfolg beim Backen und eine köstliche Brotzeit. Elke :-)

Platz für deine Kreativ-Notizen: