

# ~KERNDL-KINI~ / ~KERNDL-KWIEN

## Körnerbrot Backmischung – ohne Mehl

### **Zutaten:**

Haferflocken\*, Sonnenblumenkerne\*, Leinsamen\*, Kürbiskerne\*,  
Flohsamenschalen\*, **Sesamen\***, Salz, Brotgewürz fein\*, Gewürz\*  
\*aus kontrolliert biologischem Anbau

**Was Sie noch brauchen:** 550ml kaltes Wasser

### **Zubereitung:**

Packungsinhalt in eine Schüssel  
geben und kräftig durchmischen.

550 ml kaltes Wasser dazugeben und alles mit einem  
Teigspatel/Kochlöffel gründlich vermischen.

Kastenbackform mit Backpapier auslegen.  
Brotteig in die Form füllen, gleichmäßig verteilen  
und fest andrücken. Mit Klarsichtfolie oder einem  
feuchten Handtuch abdecken,  
damit es nicht austrocknet.

Anschließend 12 Std. im Kühlschrank (über Nacht)  
**oder** 3 Stunden bei Raumtemperatur quellen lassen.

Ofen auf 180-190°Grad (Heißluft) vorheizen.  
Brotoberfläche mit etwas Wasser einstreichen  
und anschließend 80 Minuten backen.

Brot auf ein Gitter kippen, das Backpapier entfernen  
und das Brot, mit der Unterseite nach oben für  
weitere 20 Min. backen.

Anschließend auf einem Gitter gut auskühlen lassen.

**Wichtig:** luftdurchlässig aufbewahren, z.B. im Steintopf oder im Brotkasten

**Tipp:** Schmeckt getoastet besonders lecker!

Hersteller:



Hermann Stein und  
Florian Töpfl GbR  
Schöttlkarstraße 11  
82481 Mittenwald  
+49 8823/ 936 97 24