



© Lungauer Kochwerk

Dauer: Mittel

.....

Kategorie: Backrezepte

.....

Saison: Ganzjährig

.....

Für:

.....

Verfasst von: Lungauer Kochwerk

.....

Zutaten

.....

250 G Weizenvollkornmehl

.....

250 G Weizenmehl

.....

1 TL Kristallzucker

.....

1 PKG Trockengerm

.....

1 TL Brotgewürz

.....

1-2 TL Salz

.....

6 EL Öl

.....

300 ML lauwarmes Wasser

.....

Zubereitung

1. Beide Mehlsorten in eine Rührschüssel geben. Alle Zutaten der Reihe nach (von Kristallzucker bis Wasser) dazugeben.
2. Alles gut vermengen und mit dem Mixer (Knethaken) zu einem glatten Teig verkneten.
3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen kräftig durchkneten.
4. Teig in die Schüssel zurückgeben und bemehlen. Mit einem Geschirrtuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 25 Minuten gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat.
5. Backblech mit Backtrennpapier auslegen.
6. Teig halbieren und ca. 1cm dick auswalken. Große Herzen ausstechen.
7. Herzen aufs Backblech legen und nochmals ca. 15 Minuten gehen lassen. Backrohr auf 200 Grad Heißluft vorheizen. Eiklar mit Wasser verquirlen und Herzen bestreichen.
8. Herzen nach Belieben mit verschiedenen Gewürzen bestreuen.
9. Ca. 12 bis 15 Minuten backen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Eine nette Brotbeilage für Feste im Familienkreis.

TIPP: Während des Backens ein kleines, feuerfestes Gefäß mit Wasser ins Backrohr stellen.