



| Dauer: /V\\tel |
|---------------------------------|
| 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

- 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.