

# BROTGENUSS

## Maroni-Reis Brot



### ZUTATEN (1 Brot)

300 g	<b>KOMEKO BROTGENUSS</b>
50 g	Kastanienmehl
50 g	Maismehl
50 g	Kartoffelstärke
50 g	Maisstärke
15 g	Flohsamenschalen
8 g	Salz
21 g	frische Hefe (oder 7 g Trockenhefe)
1 EL	Honig
1 EL	Olivenöl
480 ml	lauwarmes Wasser
60 g	Haselnüsse (optional, je nach Geschmack)
40 g	Rosinen (optional, je nach Geschmack)



### ZUBEREITUNG

1. In einer Schüssel alle Mehle und Stärken mit den Flohsamen und dem Salz gut mischen.
2. Die frische Hefe mit dem Honig und Öl vermischen und zur Mehlmischung hinzufügen.
3. Anschließend das lauwarme Wasser zugeben und 10-15 Minuten mit einer Knetmaschine bei langsamer Geschwindigkeit kneten.
4. Nach Belieben Haselnüsse und Rosinen hinzufügen.
5. In eine Kastenform (25x12x8cm) geben, mit Frischhaltefolie abdecken (gut verschließen, damit die Feuchtigkeit erhalten bleibt) und 40-60 Minuten im Ofen bei 40 °C gehen lassen.
6. Die Kastenform aus dem Ofen nehmen und diesen auf 220 °C Umluft vorheizen.
7. Das Brot erneut in den Ofen stellen und etwa 1h 10 Minuten mit einem Schälchen Wasser backen.

Das Brot kann mehrere Tage aufbewahrt werden und schmeckt getoastet wie frisch gebacken.



glutenfrei



vegan

[www.komeko.de](http://www.komeko.de)

