



EIWEISSBROT

Für 1 Brot:

400 g dicker Schaf- oder
Ziegenjogurt (alternativ Quark)
5 Eier
300 g Haferflocken, Kleinblatt
(bei Bedarf glutenfrei)
100 g gemahlene Mandeln
4 EL Leinsamen
50 g Sonnenblumenkerne plus
1,5 EL für die Oberfläche des
Brottes
2 Päckchen Weinstein-Backpulver
1,5 TL Salz
1,5 TL Fenchelsamen
1,5 TL Kümmelsamen
1 TL Schabziger Klee, gemahlen
1 TL Koriander, gemahlen
Optional: ein paar Pekan- oder
Walnüsse für die Oberfläche

Zeitaufwand:

ca. 1 Stunde und 15 Minuten

Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Joghurt und Eier in einer Schüssel glatt verrühren. In einer zweiten Schüssel alle anderen Zutaten vermischen. Die Joghurt-Eiermischung unterrühren.

Eine Kastenform gründlich ausfetten und den Teig einfüllen (falls die Beschichtung der Kastenform nicht mehr intakt ist, die Form besser mit einem Backpapier auskleiden). Den Teig einfüllen. In der Mitte mit einem Messer einen senkrechten Strich ziehen. Mit Sonnenblumenkernen und optional Nüssen verzieren.

Das Brot ca. 1 Stunde backen.

Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Aus der Form lösen.

Eingepackt in ein sauberes Küchentuch und im Kühlschrank aufbewahrt, hält sich das Brot ca. 1 Woche lang.