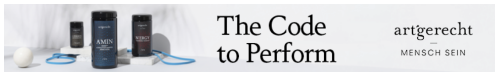


Schnelles Dinkelvollkornbrot mit Zugabe

Vorbereiten	Zubereiten	Niveau
15	**80**	**Mittel**
Minuten	Minuten	☆ ★ ☆

Zutaten

- 300g Dinkelbrot-Backmischung
- 100g Cashew-Kerne, gehackt
- 50g Chia-Samen
- 40g Haferkleie
- 2 kleine Möhren, fein geraspelt
- 400-500ml warmes Wasser (etwas wärmer als handwarm)
- Haferflocken zum Verzieren
- nach Belieben eine Prise Kurkuma oder Chili



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

- die Backmischung zusammen mit den restlichen trockenen Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit dem Handrührer (Knethaken) kurz vermengen.
- das Wasser hinzugeben und das Ganze 8 Minuten lang zu einem lockeren, glatten Teig vermengen. Der Teig muss relativ feucht sein, da die Chia-Samen sowie die Haferkleie quellen und mehr Wasser benötigen als die eigentliche Backmischung.
- die Rührschüssel mit einem Küchentuch abdecken und für 45 Minuten an einen warmen Ort stellen.
- eine Kastenform mit Backpapier auskleiden, den Teig hineingeben und erneut zudecken. 30 Minuten an einem warmen Ort stehen lassen. Zwischenzeitlich den Backofen auf 250 Grad vorheizen.
- den Teig mit einem scharfen Messer ein paarmal einschneiden
- abschließend eine Handvoll Haferflocken auf dem Brot verteilen

Auf mittlerer Hitze für ca. 60 Minuten backen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 190 Grad reduzieren.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

© 2026 TIME2TRI GmbH