

Oster-Karottenbrot



Das brauchst du:

500 g	Karotten	* Schüssel
600 g	Weizenvollkornmehl	* Löffel
1 Würfel	Hefe	* Brettchen
1 Prise	Salz	* Messer
1 Prise	Pfeffer	* Geschirrtuch
4 EL	Sonnenblumenkerne	* Springform
250 ml	Wasser	
1 EL	Honig	
1/2 EL	Öl für die Form	

So geht´s:

1. In eine kleine Schüssel lauwarmes Wasser geben und darin den Honig auflösen. Hefe dazurühren und stehen lassen, bis es schäumt.
2. Karotten abschaben, waschen und fein aufhobeln und dann mit dem Mehl mischen. Aufgelöste Hefe dazugeben. Salzen, pfeffern und die Sonnenblumenkerne unterheben, dann rasch zu einem geschmeidigen Teig kneten.
3. Die Teigschüssel mit einem Geschirrtuch abdecken und 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. Das Teigvolumen sollte sich in dieser Zeit verdoppeln.
4. Eine Springform mit Öl auspinseln. Den Teig nochmal kurz durchkneten, dann in die Form geben, nochmal abdecken und weitere 30 Minuten gehen lassen.
5. Backofen auf 220 °C vorheizen. Die Springform mit dem Teig auf die mittlere Schiene stellen und 55 Minuten backen.
6. Abkühlen lassen und genießen!

Gesehen: <https://www.gutekueche.at/oster-karottenbrot-rezept-11064>, 11.02.2021, 0845 Uhr

Viel Spaß beim Ausprobieren wünscht Euch
das Kinder- und Jugendbüro Duderstadt