

Joghurt-Brot

Zutaten:

- 500 g Dinkelmehl
- 1/2 TL Natron
- 1 Packung Backpulver
- 150 g Saatenmischung (Sesam, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne)
- 2 EL Hirse
- 200 g Karotten
- 350 g Joghurt
- 1 Ei



Zubereitung:

1. Backofen vorheizen bei ca. 180° C
2. Die Karotten waschen, schälen und raspeln.
3. Das Joghurt mit dem Ei vermischen, Karotten dazu geben
4. Dinkelmehl mit Backpulver, Natron, Salz, der Hälfte der Saatenmischung und 1 EL Hirse vermischen
5. Das Karotten-Joghurt Gemenge mit dem Mehl Gemenge zu einem Teig kneten
6. Den Teig zu einem Laib formen, mit Wasser bestreichen und die restliche Saatenmischung darüber geben und verteilen
7. Etwa 40 Minuten backen
8. Kurz auskühlen lassen und genießen

Viel Freude beim Nachbacken!

