

Thermomix-Rezepte

Dinkelvollkornbrot

Zutaten:

1 kg Dinkelvollkornmehl in vier Schritten **4 x 250 g je 45 Sek. Stufe 10**
(oder 1 kg fertiges Dinkelvollkornmehl verwenden)
½ Würfel Hefe
1 l lauwarmes Wasser
2-3 TL Salz
4 EL Essig **5 Sek. Stufe 5, dann 4 Min. Brotteigstufe**
100 g Sonnenblumenkerne **1 Min. Brotteigstufe**

Zubereitung:

in einer Schüssel **2-3 Stunden** gehen lassen, immer wieder von Hand durch schlagen.

Teig eine gefettete Kastenform geben, in der Mitte der Länge nach mit der Teigkarte einstechen und im vorgeheizten Ofen backen

Backzeit:

10 Min bei 220°C, dann 45 Min. bei 190°C
aus der Form stürzen und evtl. noch 10 Min. in den Ofen schieben.

schmeckt lecker dazu:

Dattel-Curry-Dip

150 g Datteln, entsteint
1 Knoblauchzehe
300 g Frischkäse
200 g Schmand
2 TL Curry
¼ - ½ TL Salz
1 – 3 Pr. Cayenne-Pfeffer

Zubereitung

1. Datteln und Knoblauch in den Mixtopf geben **6 Sek./Stufe 9** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
2. Frischkäse, Schmand, Curry, Salz und Cayenne-Pfeffer zugeben, **10 Sek./Stufe 3** verrühren, abschmecken, umfüllen und z. B. zu Brot oder Gemüse-Sticks servieren.

Edeltraud Bauer, Aglishardter Str. 14, 72587 Böhringen, Tel.: 07382/633, E-Mail: edeltraud@ew-bauer.de

Thermomix-Rezepte

Edeltraud Bauer, Aglishardter Str. 14, 72587 Böhringen
Tel.: 07382/633, E-Mail: edeltraud@ew-bauer.de