

# furt

## Zutaten

- 250ml Wasser
- 10g Hefe
- 1TL Honig
- 50g Kürbiskerne
- 50g Haferflocken
- 1TL Backmalz
- 400g Dinkelmehl Type 630
- 1EL Kürbiskernöl oder Olivenöl
- 1 1/2 TL Salz

## Zubereitung

Tobias Kerler <http://pamperedchef.eu/feelpampered>

1. Wasser ganz leicht (handwarm) erwärmen und die Hefe & Honig hinzugeben und auflösen.  
(Thermomix: 3 Minuten | 37 °C | Stufe 2)
2. Mit einer Küchenmaschine aus allen Zutaten einen geschmeidigen Teig kneten. Mindestens 5 Minuten kneten lassen.  
(Thermomix: 5 Minuten | Knetstufe)
3. Teig in eine Schüssel geben und abgedeckt ca. 2. Stunden gehen lassen.
4. Eine Teigunterlage bemehlen. Teig zu einem Brotlaib formen. Dazu den Teig immer wieder falten, bis der Teig Spannung aufgebaut hat. Etwas Mehl über das Brot streuen und einschneiden.
5. In den kleinen Zaubermeister Mehl streuen und den Laib hineinlegen. Den Zaubermeister mit dem Deckel verschließen.
6. In den kalten Backofen geben und 60 Minuten bei 230 °C Ober-/Unterhitze backen.
7. Nach der Backzeit das Brot aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.



# Feelpampered

Tobias Kerler



Leicht



1. Brot



Ca. 10 Minuten Zubereitung  
Ca. 60 Minuten Backen



Kleiner Zaubermeister