

# Schnelles Brot-Rezept

## ZUTATEN:

- 500g Vollkornmehl (z.B. Dinkel)
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 0,75 EL Salz
- 2 EL Apfelessig
- 500 ml Wasser
- *optional: je eine Handvoll Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, geschrotete Leinsaat, Sesam, geraspelte Karotte*



---

## ZUBEREITUNG:

- ✓ alle Zutaten mit einem Löffel in einer Schüssel oder Brotbackschale vermengen
- ✓ 30 Minuten stehen lassen
- ✓ in eine Kastenform füllen oder direkt in der Brotbackschale in den Ofen geben
- ✓ bei 200 Grad 60 Minuten backen