

Glutenfreies Sonntags-Smartbrot



Abbildung 1 Glutenfreies Brot selber backen im kleinen Zaubermeister von Pampered Chef und mit Smartmehl

Zutaten:

- 100 g Joghurt
- 20 g frische Hefe
- 10 g Honig oder Ahornsirup (je nach Verträglichkeit)
- 450 g Smartmehl Brot (Link zum glutenfreien Smartmehl ganz unten im Rezept)
- 40 g Kichererbsen Mehl (Link zum Mehl unten im Rezept)
- 10 g Traubenkernmehl
- 300 g Wasser mit Kohlensäure
- 2 TL Salz
- 10 g Apfelessig
- 50 g Saaten

Zubereitung:

Joghurt, Hefe und Honig/Ahornsirup in den Mixtopf geben und 3 Minuten/37°C/Stufe 1 auflösen

Restliche Zutaten hinzufügen und 5 Minuten/Teigknetstufe kneten lassen.

Den Teig nun auf die bemehlte (Reismehl extra fein aus dem Streufix) Teigunterlage geben und zu einem schönen Laib formen und in den gefetteten kleinen Zaubermeister Lily von Pampered Chef legen – einritzen und fein bemehlen.

Dein Backofen ist auf 240°C Umluft vorgeheizt/Rost/unterster Einschub/40 Minuten backen - nach 40 Minuten auf 220°C runter schalten und nochmals 30 Minuten weiterbacken.

Da jeder Backofen ein anderes Ergebnis liefert bitte immer auf Augenkontakt bleiben und nur solange backen, bis dir die Farbe deines Brotes gefällt.

Brot erst nach dem erkalten anschneiden – mindestens 12 Stunden abkühlen lassen!

Viel Spaß beim nachbacken.

Martina Ziehl mit Pampered Chef

Rezeptheft **GenussZone** – Rezepte rund um die Stoneware von Pampered Chef: www.martinaziehl.de

Mein Onlineshop: www.ziehl.shop-pamperedchef.de

Weitere Rezepte unter: www.martinaziehlmitpamperedchef.de

Rezeptidee nach Jessica Reiniger. Das Smartmehl kannst du dir hier kaufen: <https://www.smart-glutenfree.de/>