

## Blitzbrot! Ohne Ruhezeit – gebacken im kleinen Zaubermeister Lily von Pampered Chef®



Abbildung 1 Pampered Chef® kleiner Zaubermeister - Blitzbrot ohne Ruhezeit

### Zutaten:

450 g Wasser

30 g Hefe (auf keinen Fall mehr!)

290 g Dinkelvollkornmehl

210 g Weizenvollkornmehl

2 gestrichene EL Traubenkernmehl

75 g Sonnenblumenkerne

75 g geschroteter Sesam

2 TL Salz

2 TL Apfelessig

### Zubereitung:

Wasser und Hefe in den Mixtopf geben und 2 Minuten/37°C/Stufe 1 auflösen.

Restliche Zutaten hinzufügen und 5 Minuten auf Teigknetstufe kneten.

Dieser Teigling benötigt keine Ruhezeit und kann nachdem du den Teigling auf der Teigunterlage gefaltet hast sofort in die gefettete (Rapsöl) Lily kleiner Zaubermeister gelegt werden. Deckel auflegen und in den aufheizenden Backofen bei 230°C/Ober-/Unterhitze/Rost/unterstes Einschubfach/60 Minuten ausbacken.

Nach dem backen sofort auf das Auskühlgitter stürzen und darauf abkühlen lassen.

Ich wünsche dir viel Spaß beim nachbacken!

Liebe Grüße

Martina Ziehl mit Pampered Chef®

Hier findest du mein 1. Rezeptheft GenussZone: [www.martinaziehl.de](http://www.martinaziehl.de)

Meine Homepage mit unzähligen Rezepten: [www.martinaziehlmitpamperedchef.de](http://www.martinaziehlmitpamperedchef.de)

Mein Onlineshop: [www.ziehl.shop-pamperedchef.de](http://www.ziehl.shop-pamperedchef.de)