

Low Carb-Eiweißbrot

Zutaten:

500 g Magerquark
6 Eier
60 g Haferkleie
50 g Maismehl
50 g Sonnenblumenkerne gemahlen
50 g Kürbiskerne gemahlen
25 g Leinsamen geschrotet
25 g Sesam
50 g Roggenmehl
1-1,5 TL Salz
1/2 Pck. Backpulver

Ausserdem:

ca. 30 g Sonnenblumenkerne zum Bestreuen

Zubereitung:

Magerquark und Eier glatt rühren. Alle restlichen Zutaten miteinander vermischen und kurz unterrühren. Den Teig in eine gefettete Kasten/Brotbackform geben und mit Sonnenblumenkernen bestreuen. Anschließend im vorgeheizten Backofen backen.

Backzeit:

Bei 160-170 °C Umluft ca. 60 Min. backen.

Kastenform



Art.-Nr. 607200 (24 cm)



Arbeitszeit: ca. 15 Minuten



Backzeit: ca. 60 Minuten



Alles für deine
Backideen ...
Tortissimo[®]
Backzubehör

Am Kreuzweg 1 · 35469 Allendorf/Lumda · Germany
Tel +49 6407 4034-4000 · www.tortissimo.de