

REZEPT

# Sonnenblumenkernbrot mit nutella®

Leicht

3 h 0 min



## ZUTATEN FÜR 25 PORTIONEN

### Für den Teig:

- 300 g Weizenmehl (Type 550)
- 100 g Roggenmehl
- 100 g Weizenvollkornmehl
- 200 g Sonnenblumenkerne
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1 TL Zucker
- 1 TL Salz
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 350 ml lauwarmes Wasser

### Für das Topping:

- 375 g nutella®

### Utensilien:

- 1 Rührschüssel
- 1 Handrührgerät
- 1 Küchentuch
- 1 Kastenform (23 cm x 10 cm)
- 1 Backpapier
- 1 Pinsel
- 1 Kuchengitter
- 1 Messer



Um dieses köstliche  
Rezept zuzubereiten,  
reichen 15 g nutella® pro  
Person aus!

## ZUBEREITUNG



1

Weizenmehl, Roggenmehl, Weizenvollkornmehl, Sonnenblumenkerne (100 g), Trockenhefe, Zucker und Salz in einer großen Schüssel vermischen. Sonnenblumenöl und lauwarmes Wasser hinzufügen. Alle Zutaten gut vermengen, bis ein gleichmäßiger Teig entsteht. Den Teig mit einem Handrührgerät mit Knethaken etwa 10 Minuten kneten, bis er glatt und elastisch wird. Die Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und den Teig an einem warmen Ort für ca. 60 Minuten ruhen lassen, bis er sich verdoppelt hat.



2

Die Kastenform mit Backpapier auslegen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und zu einer ca. 23 cm langen Rolle formen. Brot großzügig mit Wasser bestreichen, in den restlichen Sonnenblumenkernen wälzen und in die Form legen. Die Kastenform mit einem Küchentuch abdecken und den Teig weitere 45 Minuten ruhen lassen, bis er erneut leicht aufgegangen ist.

**3**

Den Backofen vorheizen (200°C Ober-/Unterhitze, 180°C Umluft) und das Brot anschließend 50 Minuten backen. Das fertige Brot aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Das abgekühlte Sonnenblumenkernbrot in Scheiben schneiden und jede Scheibe mit 15 g nutella® bestreichen.