AOK-KochWerkstatt: Kartoffel-Haferbrot

Zutaten 1 Brot	
150 g	**Kartoffeln**
100 g	**Möhre oder Kürbis**
100 g	**zarte Haferflocken**
500 g	**Dinkelmehl (Typ 630)**
1 Würfel	**Hefe**
1 EL	**Honig oder Zucker**
2	**Eier**
2 TL	**Salz**

Zubereitung
Kartoffeln kochen, pellen und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Möhren reiben. Kartoffeln, Möhren, Haferflocken und Mehl mit der zerbröselten Hefe, Honig, Eiern, Salz und 350 ml lauwarmem Wasser verkneten. Teig in einer gefetteten Kastenform (30 cm) an einem warmen Ort ca. 40 Minuten gehen lassen. Der Teig soll dabei sein Volumen verdoppeln. Backofen auf 200 °C erhitzen, das Brot 40 Minuten backen, bis sich eine gute Bräunung zeigt und sich das Brot vom Rand der Backform löst.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten + 40 Minuten Gehzeit + 40 Minuten Backzeit

Guten Appetit!

2222022_KS