

Mischbrot glutenfrei aus dem Bräter mit langer Teigführung



Zutaten Teig:

450 ml Wasser
6 g Frischhefe
1 TL Zucker
1 EL Apfelessig
1 Eiweiss (*optional*)
150 g Reismehl
50 g Maismehl
100 g Buchweizenmehl
100 g Kichererbsenmehl
50 g glutenfreie Haferflocken gemahlen
1 ½ TL Salz
½ TL gerösteter Garam Masala Mix (*Migros-Gewürzmischung*)
½ TL Backpulver
10 g Flohsamenschalen
10 g Xanthan

Zubereitung:

- Die Hefe mit Zucker im Wasser auflösen
- Essig und Eiweiss dazu geben
- Alle trockenen Zutaten ausser Xanthan und Flohsamenschalen zugeben und 2 - 3 Minuten zu einem glatten Teig verkneten
- Am Schluss Flohsamenschalen und Xanthan dazu geben und 1 Minute weiter kneten
- Den Teig in einer Schüssel mit Folie abdecken und 24 Std. im Kühlschrank ruhen lassen
- Anschliessend kurz falten, zu einem Laib formen und in den Bräter legen
- Nochmal 1 Std. im offenen Bräter ruhen lassen
- Den Deckel auflegen und in den vorgeheizten Backofen bei 240 Grad Umluft für etwa 75 Minuten Backen