
schnelles Quarkbrot

für 16 Scheiben

125g Weizenvollkornmehl
125g Dinkelmehl
3 Tl Leinsamen
2 El Sonnenblumenkerne
10g Backpulver
1 Ei
250g Magerquark
1 Prise gemahlener Kümmel



Den Backofen auf 190°C Ober-Unterhitze vorheizen und eine Kastenform mit etwas Backpapier auslegen.

In einer kleinen Rührschüssel alle Zutaten zusammen abwiegen und mit den Knethaken des Rührgeräts soweit es geht verkneten. Den Rest mit den Händen zuende kneten, bis ein elastischer Teig entstanden ist, der gerade anfängt, an den Händen zu kleben.

Aus dem Teig einen kleinen Laib formen, ca. 20cm lang, und die Form legen. Er füllt sie damit nicht ganz aus, das macht aber nichts, wir wollen ja lieber hohes als plattes Brot.

Das Brot im Ofen ca. 25-30 Minuten backen, bis es eine schön braune Kruste bekommen hat. Dann auf einem Gitter auskühlen lassen und nach Wunsch weiter verarbeiten.

Man kann es auch prima komplett in Scheiben schneiden und so einfrieren. So lassen sich einzelne Scheiben nach Bedarf entnehmen und auftauen.