

# AGRILUNA- KÜRBISKERNBROT

Von Tina Marz

## Zutaten für den Sauerteig:

110g Roggenmehl 1150

10g Anstellgut (selbst hergestellt)

85g warmes Wasser 40°C

- Alle Zutaten zu einem Teig verrühren und mind. 16 Std. an einen warmen Ort stellen.

## Zutaten für das Quellstück:

115g **AGRILUNA**- Kürbiskerne

25g **AGRILUNA**-Leinsamen

160g Wasser

- Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.
- 25g Kürbiskerne wegnehmen und klein hacken.
- Danach alles in eine Schüssel geben und mit Wasser übergießen.
- Deckel drauf und über Nacht quellen lassen

## Zutaten für den Hauptteig:

Sauerteig

Quellstück

160g Weizenmehl 1050

20g **AGRILUNA**-Leinmehl

150g Roggenmehl 1150

10g **AGRILUNA**-Hanfmehl

10g Salz

8g frische Hefe

110g Wasser

**AGRILUNA**-Kürbiskerne zum Bestreuen!

# Tina Marz

Selbstständige Pampered Chef® Beraterin

---

## Zubereitung:

- Alle Zutaten mischen und 6 Minuten langsam und 3 Minuten schnell kneten.
- Teig in eine Schüssel umfüllen, Deckel drauf und ca. 60 Min. an einem warmen Ort gehen lassen.
- Nach der Ruhezeit den Teig rund falten (rundwirken), mit Wasser bepinseln, die Kürbiskerne darüber streuen und leicht festdrücken.
- Der Laib kommt in ein bemehltes Garkorbchen und ruht zugedeckt, nochmal 45 Min. bei Raumtemperatur.
- Backofen auf 250°C O/U-Hitze vorheizen und ein hohes Blech auf den Ofenboden stellen.
- Brot auf den kalten und bemehlten **Zauberstein** stürzen.
- **Der Zauberstein** kommt auf die unterste Schiene und 1 Glas Wasser wird schnell auf das Blech gegossen und die Backofentür rasch geschlossen (= schwaden).
- Nach 10 Minuten wird der Backofen geöffnet, damit der Dampf entweichen kann.
- Jetzt reduziert man die Temperatur auf 220°C und bäckt das Brot weitere 20 Min. lang
- Nach den 20 Min. reduziert man die Temperatur auf 200°C und lässt das Brot, 30 Minuten fertig backen.
- Das leckere Brot soll auf dem Kuchengitter abkühlen!

Guten Appetit!

