



Apfelbrot

Zutaten

- 250g Dinkelmehl
- 375g geriebene Äpfel (mit Schale)
- 125g Rosinen
- 100g Hanfsamen geschält
- 30g Rum
- 15g brauner Zucker
- 1/2 TL Zimt
- 2g Salz
- 1/2 Pkg. Backpulver
- etwas Nelkenpulver



Zubereitung

Die Äpfel, Rosinen, Hanfsamen, Rum, Zucker, Zimt und Nelkenpulver gut vermischen und ca. 12 Stunden ziehen lassen.

Danach Mehl, Salz und Backpulver zur Fruchtmasse geben und alles gut verrühren.

Nun den Teig in 2 Teile teilen und Laibe formen (am besten geht das mit nassen Händen).

Anschließend das Brot im vorgeheizten Backrohr bei 170°C ca. 40 Minuten backen (sollte das Brot schon früher dunkel werden, dann muss man die Temperatur auf 160°C reduzieren).