

Schwarzbrot aus dem Römertopf

Zutaten:

500g Weizenmehl (Vollkorn)
500g Weizenschrot
250g Roggenschrot
250g Sonnenblumenkerne
300g Zuckerrübensirup
1 Liter Buttermilch
2 Würfel Hefe
2 TL Salz
etwas Öl für den Römertopf

Zubereitung:

Als erstes den Römertopf im Waschbecken wässern.
Die Buttermilch in eine Schüssel geben, die Hefe darin auflösen,
Zuckerrübensirup ebenfalls darin auflösen, salzen,
alle weiteren Zutaten dazugeben und gut vermengen.

Anschliessend den Römertopf etwas ölen,
Teig hineingeben und mit geschlossenem Deckel bei ca. 150 Grad Ober-/Unterhitze
2,5 Stunden backen ohne den Teig vorher gehen zu lassen.



