



## Herzhaftes Bärlauch-Tomatenbrot

### Bewertungen



Stimmen: 114

### Zubereitungszeit

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten

Ruhezeit: ca. 60 Minuten

Backzeit: ca. 60 Minuten

### Menge

ergibt ein Brot à 1100 g



### Zutaten

- 300 g AURORA Bestes Korn Roggen-Mehl Type 1150
- 200 g AURORA Bestes Korn Roggen-Vollkornschrot
- 300 g AURORA Bestes Korn Weizen-Vollkornmehl
- 1 1/2 Würfel frische Hefe
- 300 ml lauwarmes Wasser
- 1 TL Zucker
- 200 ml lauwarmes Kefir
- 150 g Natursauerteig
- 2 TL getrockneter Oregano
- 1 EL gemahlener Kümmel
- 1 EL Kardamom
- 2 TL Salz

### Zubereitung

Die Mehle mischen, in die Mitte eine Mulde drücken und die Hefe hineinbröckeln. Mit 5 EL Wasser, dem Zucker und etwas Mehl vom Rand verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis der Vorteig sich verdoppelt hat.

Die restlichen Zutaten zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche oval formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und mehrmals über Kreuz einschneiden. Mit Mehl bestäuben und zugedeckt weitere 45 Minuten gehen lassen.

Auf der zweiten Schiene von unten im vorgeheizten Backofen etwa 60 Minuten

150 g eingelegte Tomaten in Öl, grob  
gehackt

1 Bund Bärlauch, gehackt

backen.

Herdeinstellung (vorgeheizt):

E-Herd: 220 °C

Umluftherd: 200 °C

Gasherd: Stufe 2