



# Damper (schnelles Brot)

Zeit gesamt  
🕒 45min

Zubereitungszeit  
👉 45min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Weizenmehl, Type 405	530 g
Backpulver	2 TL
Salz	2 TL
Zucker	1 TL
Butter	50 g
Wasser	275 ml

## Zubereitung

1. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einer Schüssel Mehl, Backpulver, Salz und Zucker mischen. Butter flöckchenweise zugeben. Nach und nach Wasser unterkneten, bis der Teig geschmeidig ist. Teig auf wenig Mehl zu einem runden Brot (ca. 15 cm Ø) formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen.
2. Oberfläche mit einem scharfen Messer über Kreuz 1–2 cm tief einschneiden. Brot ca. 30–35 Min. backen, bis es leicht gebräunt ist. Es ist fertig, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und frisch servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Im australischen Outback wird Damper oft über dem Grill oder der Glut des Lagerfeuers gebacken.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	581 kcal
Kohlenhydrate	103 g
Eiweiß	14 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	12 g