

Karottenbrot mit Walnüssen

Zeit gesamt
1h 55min



Zubereitungszeit
10min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Karotten	200 g
Walnusskerne	150 g
Wasser	270 g
Hefe, frisch	0.5 St.
Zucker	1 TL
Dinkelmehl, Type 630	650 g
Salz	2 TL
Öl	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Kastenform 28 cm, SILVERCREST Monsieur Cuisine (Connect und Smart)

1. Karotten schälen, Enden entfernen und grob in Stücke schneiden. In den Mixbehälter Karotten und Walnüsse geben und 6 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Anschließend in eine Schüssel umfüllen.
2. 270 g Wasser, Hefe und 1 TL Zucker in den Mixbehälter geben und 2 Min./Stufe 2/37 °C verrühren. Karotten, Walnüsse, 650 g Dinkelmehl, 2 TL Salz, 2 EL Öl zugeben und 2 Min./Knetstufe verrühren. Teig in eine Schüssel umfüllen und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 60 Min. gehen lassen.
3. Backofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Broteig zu einer länglichen Rolle formen und in eine gefettete Kastenform setzen. Brot für ca. 15 Min. bei 220 °C backen. Danach Ofen auf 180 °C reduzieren und Brot ca. 40–45 Min. fertig backen.
4. Karottenbrot mit Walnüssen auf einem Gitter abkühlen lassen, aus der Form lösen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	3459 kcal
Kohlenhydrate	488 g
Eiweiß	120 g
Ballaststoffe	41 g
Fette	115 g