

Bannockbrot mit Frischkäse und Speck



Zubereitungszeit

20 Minuten + ca. 20 Minuten aufgehen lassen

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 750 kcal

Eiweiss: 29 g

Fett: 36 g

Kohlenhydrate: 75 g

Zutaten

Für 4 Personen, Ergibt 2 Brote à ca. 300 g

400 g	Halbweissmehl
2 TL	Backpulver
2 TL	Trockenhefe
1 TL	Zucker
1 TL	Salz
2 dl	Wasser, warm
2 EL	HOLL-Rapsöl (hoch erhitzbar)
0.5 Bund	Kräuter
300 g	Frischkäse
100 g	geräucherter Speck
	Sprossen zum Servieren
	Pfeffer

Zubereitung

1. Mehl, Backpulver, Hefe, Zucker und Salz mischen. Wasser dazugießen. Alles zu einem glatten Teig verkneten. An der Wärme ca. 20 Minuten aufgehen lassen. Je $\frac{1}{2}$ des Öls in zwei beschichtete Pfannen giessen. $\frac{1}{2}$ des Teigs dazugeben. In der Pfanne ca. 1 cm dick zu einem Fladen drücken. Pfanne auf den Herd oder übers Feuer stellen. Brote bei mittlerer Hitze beidseitig ca. 5 Minuten goldbraun backen. Kräuter hacken. Bannockbrot noch warm mit Frischkäse, Speck, Kräutern und Sprossen anrichten. Mit Pfeffer bestreuen und servieren.