

## GEWÜRZBROT



**Ergibt ca. 800 g Brot, für 1 Cakeform à 28 cm Länge**

🕒 **Zubereitungszeit:** ca. 20 Minuten + ca. 140 Minuten aufgehen lassen + ca. 40 Minuten backen  
 🍴 **Aufwand:** einfach

### Zutaten:

6 EL Sesamsamen  
 2 EL Koriandersamen aus dem Delikatessgeschäft  
 ½ TL Kreuzkümmel ganz, aus dem Delikatessgeschäft  
 2 TL Chilischoten getrocknet, zerstoßen  
 ½ TL Zimtpulver  
 400 g Halbweissmehl  
 100 g Knöpfliemehl  
 100 g Hirse  
 ca. 3 TL Salz  
 6 TL Honig  
 ½ Hefewürfel 20 g  
 3 dl Wasser lauwarm  
 Mehl zum Formen und für die Form  
 Öl für die Form  
 Wasser zum Bestreichen

**1** Etwas Sesam und Koriander für die Garnitur beiseite legen. Restliche Gewürze in einem Mörser fein mahlen. Mehlsorten, Hirse, Salz und Gewürze in einer grossen Schüssel gut mischen. In der Mitte eine Mulde formen. Honig und Hefe im lauwarmen Wasser durch Rühren auflösen und in die Mulde giessen. Nach und nach das Mehl und die Flüssigkeit vermischen. Sofern nötig etwas Wasser nachgiessen. Auf wenig Mehl ca. 5 Minuten zu einem zähflüssigen und elastischen Teig kneten. Teig mit einem feuchten Küchentuch zudecken und an einem warmen Ort ca. 2 Stunden aufgehen lassen.

**2** Nochmals gut kneten und zu einem länglichen Laib formen. In eine mit Öl ausgestrichene und mit Mehl bestäubte Cakeform geben. An einem warmen Ort ca. 20 Minuten aufgehen lassen.

**3** Backofen auf 200 °C vorheizen. Teig mit Wasser bepinseln, mit dem beiseite gestellten Sesam und Koriander bestreuen. In der unteren Ofenhälfte ca. 40 Minuten backen. Aus der Form nehmen. Beim Klopfen auf die Unterseite soll das Brot hohl tönen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Veröffentlicht in Ausgabe 09/2008 auf Seite 72

**Nährwerte** Pro Brot ca.

**Kalorien:** 11000 kj / 2630 Kcal

**Fett:** 35 g

**Eiweiss:** 83 g

**Kohlenhydrate:** 488 g