Bärlauchbrot für schnellen Frühlingsgenuss

Zutaten für 1 Brot

- 350 g Dinkelmehl
- 50 g Bärlauch
- 50 g Haferflocken
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Ei
- 300 ml Milch (wahlweise Hafermilch)
- 1 TL Salz
- 80 ml Olivenöl
- 2 EL Sonnenblumenkerne

Für die Deko

- Sonnenblumenkerne
- Sesam

Arbeitszeit:	ca. 10 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 40 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 50 Minuten

Zubereitung:

1. Wasche den Bärlauch, trockne und hacke ihn.
2. Gib das Mehl, die Haferflocken, das Backpulver, das Ei, das Salz, die Milch und das Olivenöl in eine Schüssel und verknete es mit einem Knethaken. Rühre dann die Sonnenblumenkerne und den gehackten Bärlauch unter.
3. Heize den Backofen auf 180°C Ober-/ Unterhitze vor. Belege eine Kastenform mit Backpapier. Fülle den Brotteig in die Kastenform und bestreue ihn mit Sonnenblumenkernen und Sesam.
4. Backe das Bärlauchbrot 40 Minuten. Prüfe dann mit einem kleinen Holzstäbchen, ob es durchgebacken ist. Bleibt kein Teig kleben, so ist es perfekt.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.