

Blitzbrot

400 ml lauwarmes Wasser	in eine Schüssel geben
1 Würfel Hefe	darin auflösen.
1 EL Honig	
2 EL Obstessig	und
1 TL Salz	dazugeben und gut verrühren.
250 g Weizenvollkornmehl	
250 g Weizenmehl Typ 550	und
100 g Haferflocken	unterkneten.
1 Möhre	schälen, reiben und ebenfalls unterkneten.
	Den Teig in eine gefettete Kastenform geben und im Backofen bei 200 °C 70 Minuten backen.

Guten Appetit!