



Körnerbrot mit aufgeschlagener Kräuterbutter

GLUTENFREI, OHNE MEHL UND HEFE

300 g Haferflocken	8 EL Flohsamenschalen	250 g Butter
280 g Sonnenblumenkerne	2 TL Salz	frische Kräuter
180 g Leinsamen	2 EL Agavendicksaft	50 g Buttermilch
75 g Sesam	6 EL Neutrales Öl	
75 g Kürbiskerne	750 ml lauwarmes Wasser	
4 TL Chiasamen		



Körnerbrot:

1. Die Körnermischung erstellen und alle Bestandteile gut vermischen. Die Körner können geschmacklich individuell kombiniert werden und mit Trockenfrüchten (z.B. Cranberry) und Nüssen (z.B. Walnuss) verfeinert werden.
 2. Lauwarmes Wasser angießen, gut vermengen und ca. 30 Minuten stehen lassen.
 3. Öl und Agavendicksaft hinzufügen und gut durchrühren.
 4. Brotmischung in die eingefettete Backform geben.
- **TIPP:** Das Backen „mit Deckel“ sorgt für eine optimale Wärme und Feuchtigkeit zirkulation während des Backens.
5. 1 Stunde im vorgeheizten Ofen bei 190-200 Grad backen.



- **TIPP:** Wer das Brot rundum knuspriger mag: einfach das Brot noch einmal - ohne Form - für 10 weitere Minuten in den Ofen stellen.

Aufgeschlagene Kräuterbutter

1. 250 g Butter (softe Konsistenz) mit der Küchenmaschine für mehrere Minuten auf höherer Stufe cremig aufschlagen.
2. Während des Aufschlagens 1/2 TL Salz etwas Zitronenabrieb und einen Spritzer Zitronensaft hinzufügen.
3. In mehreren Schritten die zimmerwarme Buttermilch hinzufügen.
4. Kräuter (Auswahl nach Belieben, z.B. Petersilie) waschen, fein hacken und mit der aufgeschlagenen Butter vermengen.

