

5-7
Brote

simplyfree®
TRADITION

Mein Lieblings
ALPENBROT



MIT AROMATISCHER BUTTERMILCH ✓

MIT LECKEREM URGETREIDE ✓

Nur Wasser zugeben ✓

Handwerksqualität aus Deutschland ✓

1750g

Backmischung für Alpenbrot

Backanleitung



Marcel Tremm

BROTSTANGE

250g Backmischung + 190ml Wasser ODER 200ml warme (!) Buttermilch vermengen und 3 Minuten kneten (Küchenmaschine mit Knevhaken)

BROT LAIB

350g Backmischung + 270ml Wasser ODER 290ml warme(!) Buttermilch vermengen und 3 Minuten kneten (Küchenmaschine mit Knevhaken)



Teig für 45 Minuten an einem warmen Platz aufgehen lassen



Arbeitsfläche mit ausreichend Mehl bestäuben, Teig mit einem Teigschaber/ Löffel aus der Schüssel direkt auf das Mehl geben



Teig darin wälzen und in die gewünschte Form bringen (Brot/ Brotstange)



Brotstange/ Brotlaib auf ein Backblech absetzen, abdecken und nochmals 30 Minuten gehen lassen.



Im vorgeheizten Backofen auf der untersten Schiene backen

Backtemperatur: 200 °C Ober-/Unterhitze,
Backzeit Brotstange: 25-35 Minuten
Backzeit Brotaib: 45-50 Minuten

10 Minuten auskühlen lassen & genießen!

TIPP: Backen Sie mehrere Stangen auf einmal und frieren Sie einen Teil davon für später ein.

simplyfree Bewusste Ernährung leicht gemacht

Backmischung kühl, dunkel und trocken lagern. Nach Anbruch stets verschließen und in wenigen Wochen verbrauchen.

Nährwerte	pro 100g zubereitet
Energie	914kJ / 216kcal
Fett	1,1g
davon gesättigte Fettsäuren	0,3g
Kohlenhydrate	42g
davon Zucker	2,6g
Ballaststoffe	2,3g
Eiweiß	8,3g
Salz	1,3g

Füllhöhe technisch bedingt.
Ungeöffnet mindestens haltbar bis: Siehe Aufdruck.

Zutaten: DINKELmehl (94%), BUTTERMILCHpulver (5%), Kartoffelflocken, Trockenhefe, EMMERvollkornmehl (3%), EINKORNVollkornmehl (3%), Meersalz, DINKELvollkornsouertig getrr., Apfelpulver, Quinoa gepufft, DINKELVOLLKORNquellmehl, Apfelfasern, Malzextrakt (GERSTENmalz, Wasser), Mehlbehandlungsmittel Ascorbinsäure.

Hergestellt in einem Betrieb in dem auch Soja, Lupine, Sesam, Schalenfrüchte, Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse verarbeitet werden.

(Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.)



OFT LÄNGER GUT

Retten Sie Lebensmittel
SCHAUEN - RIECHEN - SCHMECKEN

Backmischung

Jetzt nachbestellen:

0800 29 888 88

0800 27 888 88



461409

Viele weitere körperbewusste Lebensmittel finden Sie auf www.simplyfree.shop
Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzstr. 2 b / D-82166 Gräfelfing