

simplyfree®

3-4
BROTE

MEIN
LIEBLINGS **Walnuss-
Sesambrot**



Serviervorschlag

**WENIGER
KOHLENHYDRATE***

*Brotbackmischung mit über 40% weniger Kohlenhydrate (24g/100g Brot) als herkömmliche Alternativen mit 41g KH/100g.

1050g

BACKANLEITUNG **Walnuss-
Sesambrot**

Backtemperatur:
➤ 200°C O-U Hitze
Backzeit:
➤ ca. 60 Minuten

1. 300ml warmes (!) Wasser + 350g Backmischung kurz (mit Hand/ Löffel/ Maschine) zu homogenem Teig verkneten und ca. 10 Minuten Teigruhe geben.

Für Brotstangen:
220ml Wasser + 260g Backmischung verwenden.

2. Hände befeuchten, Teig rund formen und auf ein Backblech (mit Backpapier) absetzen. Mit Tuch abdecken und 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

3. Ofen vorheizen. Bei 200°C Ober-/Unterhitze für ca. 60 Minuten backen.



Entdecke unsere Genusswelt:
www.simplyfree.shop

[marceltrein_official](https://www.instagram.com/marceltrein_official)

Marcel Trein

simplyfree ... einfach genießen!

Einfacher backen mit
simplybake



5 **große** simplybake-Messlöffel
Backmischung

+



3 **große** simplybake-Messlöffel
warmes (!) Wasser

Zutaten vermengen und in die
simplybake-Backform geben.

30 Minuten gehen lassen.

Ofen vorheizen. Bei 200°C O-U Hitze
für ca. 60 Minuten backen.

Nährwerte	pro 100g Backmischung
Energie	1631kJ / 390kcal
Fett	10g
davon gesättigte Fettsäuren	1,4g
Kohlenhydrate	46g
davon Zucker	1,4g
Ballaststoffe	10g
Eiweiß	21g
Salz	2,0g

Kühl, dunkel und trocken lagern.
Füllhöhe technisch bedingt.

Backmischung Walnuss-Sesambrot

Zutaten: DINKELMEHL, Leinsamenmehl, HAERFLOCKEN, GERSTENMALZMEHL geröstet, pflanzliches Eiweiss (WEIZEN), 5% WALNÜSSE, 5% SESAM, Trockenhefe, Speisesalz.

Hergestellt in einem Betrieb, in dem auch Sesam, Lupine, Schalenfrüchte, Soja, Erdnüsse, Milch, Ei, Gluten und daraus gewonnene Erzeugnisse verarbeitet werden.

Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.

Ungeöffnet mindestens haltbar bis: siehe Aufdruck.

OFT LÄNGER GUT
Retten Sie Lebensmittel
SCHAUEN · RIECHEN · SCHMECKEN

1050g

Bestell-Hotline:

0800 29 888 88

0800 27 888 88

Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzstr. 2 b / 82166 Gräfelfing / Deutschland
Kontakt: support@trein-group.com

Backmischung



478138