

Eiweißbrot

Zutaten

Für 1 Brot

- 100 g gemahlene Mandeln
- 100 g geschrotete Leinsamen
- 4 EL + 1-2 EL Weizenkleie
- 2 EL Dinkelvollkornmehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 TL Salz
- 300 g Magerquark
- 8 Eiweiß (Größe M)
- 2 EL Kürbis- und Sonnenblumenkerne oder Weizenkleie

1. Eier trennen. Mandeln, Leinsamen, 4 EL Weizenkleie, Mehl, Backpulver und Salz mischen. Quark und Eiweiß zufügen und mit den Knethaken des Rührgerätes zum glatten Teig verkneten.
2. Den Boden einer Kastenform (25 cm lang; 1,8 l Inhalt) mit Backpapier auslegen, die Form mit Wasser einstreichen und mit 1–2 EL Weizenkleie austreuen. Teig in die Form füllen, mit Kürbis- und Sonnenblumenkernen oder Weizenkleie bestreuen. Das Brot kann ebenfalls ohne Form auf einem Backblech mit Backpapier als flacher Leib geformt ausgebreitet und gebacken werden.
3. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/Umluft: 150 °C) ca. 50 Minuten backen. Brot 10–15 Minuten in der Form ruhen lassen, dann an den Rändern lösen und vorsichtig aus der Form stürzen. Brot auskühlen lassen.

