

Grundteig Brot

Mantler Glutenfreies-Lactosefreies Mehl



Zutaten

500 g	MANTLER Glutenfreies-Lactosefreies Mehl
400 g	Sojamilch oder Wasser
50 g	Speiseöl
10 g	Salz
20 g	Hefe oder
10 g	Trockenhefe

Rezeptur für 2 Brote à 550 g

Zubereitung

Alle Zutaten zu einem Teig kneten.

Teigruhe: 10 Minuten

Den Teig in Backformen füllen.

Garzeit: ca. 40 Minuten
in der Backform

Backzeit: ca. 45 Minuten im
vorgeheizten Rohr

Backtemperatur: 220 °C

Es ist auch möglich Brotgewürze, Nüsse, Karotten oder eine Gemüse-
mischung nach Belieben unterzumischen!

TIPP:
Für eine längere Frischhaltung der Brote
kann man die Flüssigkeit etwas erhöhen
(auf 500 g) und in Backformen backen.