

# Olivenvollkornbrot

Eine Abwandlung des Dinkelvollkornbrots mit getrockneten Tomaten – auch sehr lecker 😊



## Du brauchst dafür:

- 500 g Dinkel-Vollkornmehl
- 100 g Nüsse/Kerne deiner Wahl, zB Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne o.ä.
- 2 Pkg Trockenhefe (14 g)
- optional: 50 g Leinsamen
- 10-15 kernlose Oliven, klein geschnitten
- optional 5-6 getrocknete Tomaten (in Öl)
- 1 EL (grobes) Salz
- 1 EL getrockneter Oregano
- 1 EL Essig
- 1 EL Honig
- 500 ml warmes Wasser

## Und so geht´s:

- Oliven und optional die getrockneten Tomaten klein schneiden
- Vermische alle Zutaten außer Wasser, Essig und Honig in einer großen Schüssel sehr gut miteinander
- anschließend das warme Wasser mit Essig und Honig vermischen, in die Schüssel dazu geben und alles gemeinsam zu einem Teig vermengen
- **Tipp:** am besten klappt es mit dem "Küchenpeter"
- Nun den weichen Teig in eine Form füllen (am besten eignet sich hierfür eine Form aus Silikon, aber auch eine andere Form ist möglich - dann solltest du diese mit Backpapier auslegen)
- Lass den Teig nun ca. 30 -60 Minuten rasten und heiz das Backrohr auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vor
- Nach dem Rasten bleibt das Brot ca. 50 Minuten im Backrohr, danach aus der Form nehmen und mind. 30 Minuten auskühlen lassen

Tipp: zum Olivenvollkornbrot mit Butter und Radieschen belegt ein Eierspeis mit Zwiebel, Eiern und etwas geriebenem Käse und beim Anrichten ein paar Tropfen Kürbiskernöl dazu