Backmischung 1000g für Vital-Nussbrot - Vollkorn mit Natursauerteig, Traubenkernmehl und Walnüsse

Brotbackmischung zur Herstellung von Walnuss-Traubenkern-Vitalbrot

mit Vollkornmehlen, ganzen Saaten, hochwertigem Traubenkernmehl & Walnusskernen - mit 1 % Kristallsalz - vegan

Unsere Walnuss-Traubenkern-Vitalbrot Backmischung ist eine hochwertige Kombination aus Vollkornmehlen, Traubenkernmehl, Walnüssen und ganzen Saaten. Dieses Brot ist ideal für alle, die sich bewusst und genussvoll ernähren möchten. Das Traubenkernmehl und die Walnusskerne verleihen dem Brot nicht nur einen unvergleichlichen Geschmack, sondern ergänzen es auch um wertvolle Pflanzen- und Mikronährstoffe. Die Kombination aus Dinkelvollkorn, Roggenvollkorn und Brauner Hirse sorgt für reichlich Ballaststoffe, sowie natürliche Mineralstoffe und Spurenelemente. Mit der Topfruits Vitalbrot Backmischung lassen sich einfach und schnell vitalstoffreiche und vollwertige Brote oder Brötchen zubereiten.

Besonderheiten unserer Vitalbrot Backmischung

Für unser Walnuss-Traubenkern-Vitalbrot verwenden wir ausschließlich vollwertige Zutaten ohne künstliche Zusatzstoffe. Die Mischung besteht aus Dinkel- und Roggenvollkornmehl, Natursauerteig, Traubenkernmehl und Walnüssen. **Dinkel- & Roggenvollkornmehle** stellen eine bessere Alternative zu Weizenprodukten dar. Im Gegensatz zu herkömmlichem Mehl aus Zuchtweizen besitzen Dinkel und Roggen ein breites Spektrum an wertvollen Mikronährstoffen, wie zum Beispiel essenziellen Aminosäuren, Mineralstoffen und Spurenelementen, und sind eine gute Ballaststoffquelle. Durch Zugabe von **Sauerteig** erlangt unsere Backmischung ihre Backfähigkeit. Dieser enthält dank Fermentierung wertvolle Bakterienkulturen. Milchsäurebakterien sorgen dafür, dass der Teig gut verdaulich wird und die enthaltenen Nährstoffe besser aufgeschlossen werden können. Außerdem hat die Backmischung einen Anteil von 9 % hochwertigem **Traubenkernmehl**. Dieses enthält das Antioxidans, den sekundären Pflanzenstoff OPC (Oligomere Proanthocyanidine). Durch die Beigabe von knackigen **Walnüsse, Sonnenblumenkernen und Leinsamen** erhöht sich der Anteil an ungesättigten Fettsäuren des Vitalbrotes. Alle für die Backmischung verwendeten Zutaten haben Rohkostqualität.

Vorteile der Vollkorn Brotbackmischung auf einen Blick

- mit Vollkorngetreideerzeugnissen und mit hochwertigem Traubenkernmehl
- mit natürlichem Roggensauer
- Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau
- mild gesalzen
- reich an wertvollen Ballaststoffen und Antioxidantien
- geeignet für die Rohkosternährung

Verwendung der OPC Walnusskern-Vitalbrot Backmischung

Mit dieser Backmischung lassen sich ca. 2 Brote à 800 g, 3 Brote à 500 g oder rund 45 bis 50 Brötchen backen. Für 1000 g Backmischung werden ca. 650 ml Wasser benötigt.

Beachten Sie bei der Zubereitung folgende Hinweise:

- Teig nicht zu trocken zubereiten
- Wasser und Backmischung gut vermengen und kneten
- Den Teig etwa 1 Stunde ruhen lassen, danach erneut kurz durchkneten
- Den Teig in eine gefettete Form oder auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und nochmals 30-60 Minuten ruhen lassen
- Den Ofen auf 250 °C vorheizen und das Brot 10-15 Minuten backen, dann auf 200 °C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. Ein hitzebeständiges Gefäß mit Wasser in den Ofen stellen, um eine knusprige Kruste zu fördern

Tipp: Nach Belieben und Geschmack kann man in den Teig noch Gewürze geben, oder man kann das Brot vor dem Backen mit einer Mischung aus Kürbiskernen, Leinsaat oder gehackten Nusskernen bestreuen. Auch unser Saatenmix ist gut zum Verfeinern geeignet. Das Brot ist durch die Vollkornmehle und die Zutaten gehaltvoller, aber auch etwas kompakter in der Krume. Wer es etwas lockerer haben möchte, der kann noch zusätzlich Hefe in den Teig geben. Wir wünschen guten Appetit und allzeit viel Gesundheit!

Rezepttipp: Nussbrot Toast mit Mandelmus

Zutaten:
Topfruits

- 1 Scheibe OPC Nussbrot
- 1 EL Mandelmus
- 1/2 Banane (in Scheiben)
- 1 TL Chiasamen

Zubereitung:

1. Das OPC Nussbrot leicht toasten.
2. Mit Mandelmus bestreichen und mit Bananenscheiben belegen.
3. Mit Chiasamen toppen und genießen.

Wissenswertes zur OPC Vitalbrot Backmischung

Das Naturprodukt: Traubenkernmehl

Nach Studien an einer deutschen Lehr- und Versuchsanstalt sorgt ein Anteil von 10 % Traubenkernmehl im Brotteig, durch den hohen Gehalt bestimmter Inhaltsstoffe, für ein hohes antioxidatives Potenzial des Brotes. Bereits der Verzehr von 2 Scheiben des Traubenkern-Vollkornbrotes macht so viele Freie Radikale unschädlich wie die Vitamine aus 1 kg Orangen!

Walnussbrot-Backmischung als Grundlage für Rohkost-Brote

Die Vital-Nussbrot-Backmischung eignet sich ebenfalls zur Herstellung von leckeren Rohkost-Broten. **Der Vorteil dieser Brot-Variante ist, dass alle wertvollen Inhaltsstoffe noch vollständig und unbeschädigt erhalten sind.** Rohköstler können aus dem Teig einfach flache Fladen formen und diese in der Sonne oder in einem Früchtetrockner trocken.

Wir empfehlen folgende Vorgehensweise: Den Nussbrot-Teig mit einem Schaber aus der Schüssel herausholen, auf ein Holzbrett legen und zu einem flachen Laib formen, ähnlich einem Christstollen. Danach den Teig in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Am besten nutzen Sie dazu ein langes und scharfes Messer mit einem dünnen Rücken. Die fertigen Scheiben können direkt auf die daneben platzierten Gitter des Trockners gelegt werden. Falls manche Teig-Scheiben zu lang sein sollten, können Sie diese idealerweise gleich halbieren. Das Ganze kommt anschließend in den Hordentrockner und wird bei 40-50 Grad ca. 12 bis 24 Stunden getrocknet. Nach Belieben. Je trockener umso fester werden die Scheiben und umso besser lassen sie sich lagern. Die fertigen Nuss-Vitalbrot-Scheiben sollten luftig gelagert werden, sodass eventuell noch innen befindliche Feuchtigkeit vollends verdunsten kann. Andernfalls kann es zu Schimmelbildung kommen.

Jetzt Topfruits Vitalbrot Backmischung kaufen & bewussten Genuss erleben!

Erleben Sie den einzigartigen Geschmack unseres OPC Nussbrots & profitieren Sie von den natürlichen Inhaltsstoffen. Jetzt bei Topfruits bestellen & die Vorteile dieser besonderen Brotbackmischung entdecken!

Allgemeine Informationen zur Topfruits Vollkorn-Nuss Brotbackmischung

Zutaten: Dinkelvollkornmehl*, **Roggenvollkornmehl***, 9 % Traubenkernmehl, **Roggentrockensauerteig***, Braunhirse* gemahlen, 6,5 % **Walnusskerne***, Sonnenblumenkerne*, Leinsamen*, Trockenhefe, Kristallsalz - **aus kontrolliert biologischem Anbau*
Lagerung: kühl, trocken und dunkel lagern, in einem dicht schließenden Behälter
Verpackung: Vakuumbeutel

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Backmischung 1000g für Vital-Nussbrot - Vollkorn mit Natursauerteig, Traubenkernmehl und Walnüsse"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1515 kj
Brennwert kcal	361 kcal
Fett	9.0 g
davon gesättigte Fettsäuren	4.8 g
Kohlenhydrate	50.0 g
davon Zucker	2.6 g
Ballaststoffe	16.0 g
Eiweiß	12.0 g
Salz	1.2 g