

# Weltmeisterbrot

---



## Für ein Laib Brot brauchst du:

- 200 g Weizenmehl (Typ 550)
- 120 g Roggenmehl (Typ 1150)
- 40 g Sonnenblumenkerne
- 20 g Leinsamen (geschrotet)
- 20 g Sesam
- 15 g Mohn
- 10 g frische Hefe
- 1 TL Salz
- 1 TL Honig
- 280 ml lauwarmes Wasser (ca. 37–38 °C)
- 1 EL Apfelessig

## Außerdem:

- etwas Körner nach Wahl zum Bestreue

## Zubereitung

1. Hefe im lauwarmen Wasser (ca. 37–38 °C) auflösen
2. Etwa 5 Minuten stehen lassen
3. Alle restlichen Zutaten in eine Schüssel geben
4. Hefewasser hinzufügen
5. Alles gut verkneten
6. Teig ist **klebrig**, nicht fest – das ist richtig so
7. Brotform einfetten (z. B. Lilly)
8. Teig in die Form geben
9. Deckel draufsetzen
10. Ca. **30–45 Minuten gehen lassen**
11. Darauf achten, dass der Teig nicht zu stark aufgeht (sonst hebt sich der Deckel)
12. Nach der Gehzeit mit Körnern bestreuen
13. In den kalten Ofen stellen, 220 Grad O/ U heizen und 50 Minuten backen lassen.