

Low Carb Brot mit Leinsamenmehl



Zubereitungsinformationen



Portionen

1



Zubereitungszeit

15 Min. + 50 Min.
Backzeit



Schwierigkeitsgrad

Einfach

Was gibt es besseres als selbstgebackenes duftendes Brot? Bei diesem Rezept wurde bewusst auf Weizenmehl verzichtet. Stattdessen ist es durch das enthaltene Leinsamenmehl, dem Mandelprotein und dem Flohsamenschalen Pulver komplett glutenfrei. Das Flohsamenschalenpulver eignet sich aufgrund des besonders hohen Mahlgrads ideal zum Backen. Nach dem Backen etwas abkühlen lassen und mit Ihren Lieblingszutaten belegen und genießen!

Vielen Dank [Lina](#), dass du dein Rezept mit uns geteilt hast.

Zutaten

40 g [Raab Bio Mandel Protein](#)

60 g [Raab Bio Leinsamenmehl](#)

25 g [Raab Bio Flohsamenschalen Pulver](#)

25 g geschrotete Leinsamen

30 g [Raab Bio Chia Samen](#)

45 g Nüsse nach Wahl

60 g Kürbiskerne

60 g Sonnenblumenkerne

225 ml warmes Wasser

2 EL Olivenöl

eine Prise Salz

2 TL Backpulver

opt. Gewürze (Koriander / Fenchel / Anis / Kümmel)

So wirts gemacht

1. Zuerst alle trockenen Zutaten in einer Schüssel vermengen.
2. Alle anderen Zutaten dazu geben und zu einem Teig verkneten.
3. 10 Minuten ziehen lassen und dann zu einem Brot formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben.
4. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Ober- Unterhitze für etwa 45-55 Minuten backen.

Rezept drucken