



Körnererbsen-

BROT (IN DER KASTENFORM GEBACKEN)

BINE GÜLLICH

www.waseigenes.com

ZUTATEN:

- » 400 g Körnererbsen
- » 350 ml Wasser
- » 300 g Mehl
- » 1 TL Salz
- » 1 Würfel Hefe

UND SO GEHT'S:

1. Die Körnererbsen zusammen mit Wasser in eine Schüssel füllen und mindestens 10 Stunden, am besten über Nacht, einweichen. Am nächsten Morgen die Erbsen abgießen (das Einweichwasser wegschütten) und mit frischem Wasser in einen Kochtopf geben. Nach Packungsanweisung garkochen. Danach das Kochwasser abgießen, dabei ein wenig Wasser auf dem Topfboden belassen und die gekochten Erbsen mit einem Stabmixer pürieren. In einer Rührschüssel die pürierten Erbsen, 350 ml lauwarmes Wasser, Mehl, Salz und die zerbröselte Hefe mischen und mit dem Knethaken – oder am besten mit den Händen – zu einem glatten Teig verkneten.
2. Eine Kastenform mit Backpapier auslegen, den Teig hineingeben und eine gute Stunde an einem warmen Ort ruhen lassen. Den Backofen auf 220° Grad vorheizen, dann das Körnererbsen-Brot bei 220° C Ober/Unterhitze ca. 40–45 Minuten backen.

