

Brot mit Zwiebeln

Kategorien: Brot, Pikant

Zutaten für: 1 Rezept

250	Gramm	Weizenmehl
250	Gramm	Roggenvollkornmehl
125	Gramm	Weizenkeime
40	Gramm	Hefe
1/4	Ltr.	Lauwarmes Wasser (reichlich)
3		Zwiebeln
50	Gramm	Butter oder
5	Essl.	Weizenkeimöl
		Salz nach Geschmack
		Mehl zum Formen
		Margarine zum Einfetten
		Milch zum Bestreichen

Anleitung:

Mehl und Weizenkeime in einer Schüssel mischen. In der Mitte eine Vertiefung eindrücken, die Hefe hineinbröckeln und mit dem Wasser verrühren, 15 Minuten gehen lassen. Zwiebeln schälen, fein schneiden, in einer Pfanne in heißer Butter oder Öl goldbraun rösten, abkühlen lassen, mit dem Salz in den Teig kneten. Den Teig 60 Minuten gehen lassen, dann nochmals durchkneten. Mit bemehlten Händen einen kastenbrotähnlichen Laib formen. Ein Backblech mit gefetteter Alufolie bedecken und den Laib darauf setzen, 30 Minuten gehen lassen, mit Milch bestreichen. Den Ofen auf 180° vorheizen. Das Blech auf der untersten Schiene einschieben, das Brot 80 Minuten gar und braun backen.