

Aprikosen - Nuss - Brot

Kategorien: Crockpot, Backen, Kuchen, Brot

Zutaten für: 4-6 Portion

3/4	Tasse	Getrocknete Aprikosen
1	Tasse	Mehl
2	Teel.	Backpulver
1/4	Teel.	Backsoda
1/2	Teel.	Salz
1/2	Tasse	Zucker
3/4	Tasse	Milch
1		Ei, leicht geschlagen
1	Essl.	Orangenschale, geraspelt
1	Essl.	Pflanzenoel
1/2	Tasse	Weizen-Vollkornmehl
1	Tasse	Grob gehackte Walnuesse

Anleitung:

Die Aprikosen auf ein Hackbrett legen, mit 1 EL Mehl bestreuen, ein Messer in Mehl tauchen und die Aprikosen fein hacken. Die Klinge oeffter mehlieren, um das Zusammenkleben der Aprikosenstuecke zu verhindern. Das uebrige Mehl mit Backpulver, Soda, Salz und Zucker in eine grosse Schuessel sieben. Mit Milch, Ei, Orangenschale und Oel mischen, das Vollkornmehl unterruehren. Aprikosen, restliches Mehl vom Hackbrett sowie die Walnuesse einarbeiten. Den Teig in eine gutgefettete, mehlierte Backeinheit giessen, Mit dem Deckel verschliessen und auf einen Rost im Kocher stellen, dabei aber den Deckel mit einem Zahnstocher einen Spalt offen halten, damit Dampf entweichen kann. Auf "Hoch" (High) 4-6 Stunden backen. Auf einem Rost 10 Minuten abkuehlen lassen. Warm oder kalt servieren.

Bevor jetzt alle fragen, was eine Backeinheit ist: Es gibt Zusaetze fuer die Slow-Kocher, aber wenn man so ein Ding nicht hat, dann tut's eine 2-Pfund-Kaffee-Dose. Ebenso Pyrex Muffin-Formen, wie auch 1, 1 1/2 und 2 Liter Formen (Schuesseln - mit Deckel).

Waehrend des Backens den Deckel nicht heben.