

DAS VOLL-NUSS-BROT



ZUTATEN

150g Haselnüsse
100g Pecannüsse
100g Kürbiskerne
150g Mandeln
150g Nussmischung
70g Chiasamen
100g Sesam
70g geschrotete Leinsamen
1 kl. Glas Wasser
3 Eier (Größe M)
Backpulver / 1 TL Salz

SO WIRD'S GEMACHT:

Zunächst heizt Ihr Euren Backofen am besten bei **Ober-/Unterhitze auf 175°C** vor.

Dann verquirlt Ihr die Eier in einer großen Rührschüssel oder der Küchenmaschine gründlich. Dies kann ruhig einige Minuten in Anspruch nehmen, bis das Ei schön schaumig gerührt ist.

Dann müssen die Nüsse gehackt werden, wenn Ihr Euch diese nicht gleich gehackt gekauft habt. Diese gebt Ihr dann nacheinander zu dem Eischaum hinzu und rührt alles gründlich mit einem Kochlöffel unter. Zum Schluss gebt Ihr dann auch noch die Saaten hinzu und rührt erneut, bis eine krümelige Nussmasse entsteht. Um alles nun ein wenig geschmeidiger zu machen, gebt Ihr jetzt noch das kleine Glas Wasser, das Backpulver und das Salz hinzu und rührt alles ein letztes Mal durch.

Jetzt muss nur noch die Backform - ich habe eine Kastenform genommen - eingefettet werden und die Nussmischung hineingegeben werden. Wer mag, kann zum Schluss noch einige Kürbiskerne oder ähnliches darauf streuen und dann wandert das Brot für **ca. 50-60 Minuten** in den Backofen. Nach dem Backen das Brot auf ein Rost stürzen und auskühlen lassen.

Das Besondere an diesem Brot ist einfach die schnelle Zubereitung, der wunderbar nussige Geschmack und das dieses Brot ganz ohne Zucker auskommt. Probiert es einfach selbst mal aus, dann wisst Ihr wovon ich hier gerade schwärme :-)