Kochzeit
70 Minuten

Knusperbrot

Zutaten für 1 Blech

1 Becher Dinkelvollkornmehl
1 Becher feine Haferflocken
4 Esslöffel geriebene Nüsse
3 Esslöffel geschrotete Leinsamen
3 Esslöffel Sonnenblumenkerne
3 Esslöffel Sesam
1 Teelöffel Salz
3 Esslöffel Rapsöl
1 Becher Wasser

Haferflocken

Nüsse

Rapsöl

Sesam

Sonnenblumenkerne

Dinkelvollkornmehl

Zubereitung

1. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermischen.
2. Den Teig 15 Minuten stehen lassen.
3. Das Blech mit einem Bogen Backpapier belegen.
4. Den Teig auf dem Blech mit dem Nudelholz dünn ausrollen.
5. Backrohr auf 180 Grad Celsius aufheizen.
6. Das Blech für 40 Minuten ins Rohr geben.
7. Wenn das Brot schön knusprig aussieht, das Rohr ausschalten und öffnen.
8. Das Knusperbrot auskühlen lassen und in Stücke brechen.

Das Brot ist in einer verschlossenen Dose 2 Wochen haltbar.

Tipp von Brainy:
Der Teig ist ziemlich klebrig. Damit er nicht am Nudelholz festklebt, kannst du vor dem Ausrollen eine Klarsichtfolie darüberlegen.

Die Sonnenblume