

Zucchini-Möhren-Brot

Gebäck » Brot&Brötchen

Zutaten (20 Scheiben)

- » 300g Zucchini
- » 1 gr. Möhre(n)
- » 50g Kürbiskerne
- » 150g Gouda
- » 5 Ei(er)
- » 300g Weizenmehl (Type 550)
- » 1 TL Backpulver
- » 1 TL Salz
- » 100ml Olivenöl
- » Semmelmehl

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

91-120min

Zubereitung

1. Zucchini und Möhre putzen bzw. schälen und waschen. Beides grob raspeln und mit Küchenpapier gut trockentupfen. Kürbiskerne ohne Fett rösten, herausnehmen. Käse fein reiben.

2. Eier mit den Schneebesen des Handrührgerätes dickschaumig schlagen. Mehl und Backpulver mischen, unterrühren. Salz, Öl, Gemüse, Käse und Kürbiskerne zufügen und unterrühren. (Der Teig ist zähflüssig!)

3. Teig in eine gefettete, mit Semmelmehl ausgestreute Kastenform (25cm) füllen. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C ca. 1 Stunde backen. Dann bei 150°C weitere 20-25min backen. Dabei evtl. mit Backpapier abdecken. Brot auskühlen lassen und aus der Form lösen.

Nährwerte: 170kcal/E7g/F10g/KH11g pro Scheibe

angelegt am: 30.04.2004

Rezept-Nr: 1071

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke