





# Möhren-Zucchini-Brot

Saftiges Brot mit Möhren und Zucchini als Beilage

etwa 25  etwas Übung erforderlich  bis 40 Minuten

## 1 Vorbereiten:

Möhren und Zucchini waschen, abtropfen lassen, jeweils die Enden abschneiden und die Möhren schälen. Gemüse auf einer Küchenreibe grob raspeln.

## 2 Hefeteig:

Mehl in eine Rührschüssel geben und sorgfältig mit der Hefe und Haferflocken vermischen. Möhren, Zucchini und übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) kurz auf niedrigster Stufe verrühren, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Min. zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Inzwischen die Brotbackform fetten und den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze etwa 200 °C**  
**Heißluft etwa 180 °C**

- 3 Den Teig leicht mit Mehl bestreuen, aus der Schüssel nehmen und auf leicht bemehlter Arbeitsfläche noch einmal kurz durchkneten. Teig in die Brotbackform geben und nochmals so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Den Teig mit einem scharfen Messer diagonal etwa 1 cm tief einschneiden. Form auf dem Rost in den Backofen schieben und backen.

**Backzeit: etwa 80 Minuten**

Das Brot sofort aus der Form lösen und auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

## Zutaten:

**Für die Brotbackform (35 x 15 cm):**  
Fett

## Hefeteig:

300 g Möhren (vorbereitet gewogen)  
200 g Zucchini (vorbereitet gewogen)  
900 g Weizenmehl  
2 Pck. Dr. Oetker Trockenbackhefe  
300 g kernige Haferflocken  
etwa 600 ml warmes Wasser  
3 gestr. TL Salz  
1 gestr. TL Zucker





## Versuchsküche

### Rezepte und Tipps

#### Tipps aus der Versuchsküche

- Sie können den Teig am Abend vorbereiten (dann aber mit kaltem Wasser) und gut zugedeckt über Nacht im Kühlschrank gehen lassen. Am nächsten Tag Zubereitung wie beschrieben fortsetzen und backen.

