

Glutenfreies Quinoa-Chia-Brot

VORBEREITEN

12,25
Std.

ZUBEREITEN

90
Min.

NIVEAU



Zutaten für 1 Brot

300 g Quinoa
60 g Chia-Samen
1085 ml Wasser
60 ml Olivenöl
1/2 Teelöffel Natron
1/2 Teelöffel Salz
1/2 Limette (ausgepresster Saft)

Besonderes Zubehör

Kastenform (Länge 25 cm)
Food Processor

Ein Powerbrot, das allen schmeckt. Denn - dieses köstliche Quinoa-Chia-Brot ist frei von Gluten, tierischen Produkten und Zucker. Und obendrein so einfach zu machen, dass du dich die ganze Woche und das Wochenende und die darauffolgende Woche und ... darüber freuen kannst.

- 1 -

Quinoa in 600 ml Wasser und Chia-Samen in 360 ml Wasser über Nacht quellen lassen.

- 2 -

Backofen auf 160 °C vorheizen. Kastenform mit Backpapier auskleiden.

- 3 -

Quinoa über einem feinmaschigen Sieb abtropfen und mit Chia-Gel, 125 ml Wasser, Olivenöl, Natron, Salz und Limettensaft in einen Food Processor geben, ca. 3 Minuten zu einem Teig mischen.

- 4 -

Teig in die Kastenform füllen und im heißen Ofen ca. 90 Minuten backen.