

## Hafer-Krustenbrot

Zutaten	So geht's
	Gärkörbchen mehlen oder Kastenform (20 x 10 cm) einfetten
<b>Quellmix:</b> 150 g Haferflocken (Kleinblatt) 300 g Wasser 40 g Honig 12 g Salz 40 g Goldleinsaat, geschrotet	... alles in einer Schale vermengen und anschließend abgedeckt für rund 12 Stunden im Kühlschrank quellen lassen. <b>Schnelle Variante:</b> den Quellmix mit heißem Wasser übergießen und für ½ - 1 Stunde quellen lassen.
<b>Mehlmix:</b> 100 g Maisstärke 50 g Hafermehl 10 g Traubenkernmehl (oder Braunhirsemehl) 3 g Xanthan	... trockene Zutaten vermischen.
50 g Wasser 21 g Hefe	... die Hefe im Wasser auflösen.
	Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit dem Handrührgerät (Knethaken) verkneten. Der Teig ist recht klebrig, aber dennoch kompakt. Falls der Teig zu fest ist, kann gegebenenfalls etwas Wasser hinzugefügt werden. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche oder Silikonmatte geben und in eine runde Form bringen. Anschließend in das Gärkörbchen legen, mit dem Verschluss nach unten oder den Verschluss nach oben (wenn die Kruste gleichmäßig und glatt werden soll) und mit Mehl bestäuben. Den Teig ruhen lassen, bis er gut aufgegangen ist. Wenn der Quellmix aus dem Kühlschrank kommt, dann kann das bis zu 1 1/2 Stunden dauern. Willst du den Haferknust in einer Form backen, dann formst du ihn länglich und legst ihn in die vorbereitete Backform.
	Backofen vorheizen, Ober-Unterhitze, 230 Grad Das Backblech im Ofen belassen zum Vorheizen.
	Den fertig gegangenen Teig auf das heiße Backblech stürzen.
	Backen: 20 Minuten - 230 Grad 40 Minuten - 190 Grad. Klopfprobe.
	Das Brot aus dem Ofen nehmen und auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

"Ich wünsche Dir viel Spaß und Erfolg beim Backen!" Elke Schulenburg