

Toastbrot, einfach

www.fitdurchsleben.com

Zutaten für 1 Kastenform:

Die Form mit Öl auspinseln. . .

410	g	Wasser (kalt)
640	g	Weizenmehl, glatt
65	g	Butter, Zimmertemperatur
50	g	Honig
25	g	Germ
10	g	Salz

Herstellung:

1. Alle Zutaten 10 Minuten abarbeiten.
2. Teig aus der Schüssel nehmen und kurz abarbeiten, wieder in die Schüssel zurückgeben und zugedeckte 1,5 Stunden gehen lassen.
3. Teig kurz abarbeiten, 5 Teile zu knackigen Bällchen formen und in die Kastenform schichten.
4. In den kalten Backofen reinschieben, unten ein Backblech mit Wasser platzieren und bei Umluft für 20 Minuten bei 180 °C, dann fallend für weitere 15 Minuten bei 160 °C backen (Gesamtbackzeit 35 Minuten)

