

# GLUTENFREIES VEGANES SAATENNUSSBROT

ZUTATEN für eine 23cm Brotform

135g Sonnenblumenkerne  
90g Leinsamen  
65g Haselnüsse, Mandeln oder Cashews  
145g glutenfreie Haferflocken  
2 TL Chiasamen  
4 TL Flohsamenschalen  
1 TL Salz

1 TL Ahornsirup  
3 TL geschmolzenes Kokosöl  
350ml Wasser

## ZUBEREITUNG

1. Alle trockenen Zutaten gut vermischen.
2. Ahornsirup, Öl und Wasser vermengen und zur trockenen Masse hinzufügen. Gut vermischen bis der Teig dick wird.
3. Teig in mit Backpapier ausgelegter Form füllen, die Oberfläche mit feuchtem Löffel glatt streichen.
4. Mind. 2 Stunden oder über die Nacht ruhen lassen.
5. Ofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
6. Auf dem mittlerem Blech für 20 min. backen. Danach aus der Form nehmen und verkehrt weitere 20-30min weiterbacken. Das Brot ist fertig, sobald es sich beim Draufklopfen hohl anhört.
7. Nicht aufschneiden bevor es abgekühlt ist!
8. Die Haltbarkeit in einem luftdichtem Behälter beträgt ca 5 Tage. Alternativ kann das bereits aufgeschnittene Brot eingefroren werden. Getoastet schmeckts am besten. Guten Appetit!