



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mitevazi Lezzetler® Kochrezepte

Sesambrot

Susamlı Ekmek



1 ½ KL Pulverhefe
1 Glas lauwarmes Wasser
1 Glas Milch
1 KL Zucker
1 KL Salz
3 Gläser Vollkornmehl
Aufnehmbare Menge Mehl
½ Teeglas Sesamkörner
Für die Oberfläche:
1 EL Sesamkörner

In lauwarmes Wasser Pulverhefe und Zucker unterrühren und 10 Minuten gären lassen. Nach dieser Zeit lauwarme Milch, Salz und die Hälfte des Vollkornmehls hinzugeben.

Sesamkörner, den Rest des Vollkornmehls und Mehl einsieben bis ein nicht mehr an der Hand klebender Teig entstanden ist.

Den Teig eine Stunde zugedeckt gären lassen. Anschliessend nochmals kneten und in ein eingeöltes rechteckiges Kuchen- oder Brotbackform einfüllen. Mit Sesamkörner bestreuen und eine halbe Stunde ruhen lassen.

Danach das Sesambrot in das zuvor auf 220 Grad vorgeheizten Backofen geben und goldbraun backen.

Aus dem Backofen nehmen und nach einer halben Stunde servieren.

Tipp: Mit nur Vollkorn kann man kein Vollkorn zubereiten, denn hierzu muss man auch normales Mehl verwenden.