

Zutaten für 1 Brot (Kastenform der Größe 26.7 x 16.5 x 10.2 cm oder eine 30 cm Königskuchenform):

6 Eier Gr. M
500 g Magerquark/Topfen
150 g gemahlene Mandeln
100 g Leinsamen (ganz oder geschrotet)
50 g Chia Samen
50 g Maismehl
2 TL Salz
1 Pkg. Backpulver (=16 g)
1 TL Brotgewürz (optional)
2 EL Ahornsirup (optional)

Zutaten für 1 kleines Brot (Kastenform der Größe 25.2 x 12.5 x 5.9 cm oder noch etwas kleiner):

3 Eier Gr. M
250 g Magerquark/Topfen
75 g gemahlene Mandeln
50 g Leinsamen (ganz oder geschrotet)
25 g Chia Samen
25 g Maismehl
1 TL Salz
½ Pkg. Backpulver (=8 g)
½ TL Brotgewürz (optional)
1 EL Ahornsirup (optional)

Zubereitung:

- 1) In einer Rührschüssel schlägt ihr die Eier dickschaumig und hellgelb auf.
- 2) Fügt den Quark hinzu und alle weiteren Zutaten. Mixt so lange, bis sich die Zutaten vermischen haben.
- 3) Deckt die Schüssel ab und lasst die Mischung ca. 10 min quellen. In der Zwischenzeit befettet ihr die Backform und heizt den Ofen auf 170 Grad Umluft oder 190 Grad O/U Hitze vor.
- 4) Backt das Brot auf der 2. Schiene von unten (also niedriger als mittlerer Stufe) ca. 60 Minuten lang. Der Teig ist sehr feucht und braucht daher länger als klassischer Brotteig.
- 5) Nach dem Backen nehmt ihr es aus dem Ofen und aus der Form, wickelt es in ein sauberes Tuch ein und lasst es vollständig auskühlen.
- 6) Lagert es am besten eingewickelt in eine Schicht Backpapier und Alu- oder Frischhaltefolie im Kühlschrank. Bei Zimmertemperatur geht es wegen der Zutaten schnell kaputt. Auf diese Weise aber ist es bis zu 5 Tage haltbar.



Sastojci za 1 kruh

(Kalup za kruh i kolače veličine
26.7 x 16.5 x 10.2 cm ili 30 cm dužine):

6 jaja vel. M
500 g svježeg posnog sira/kvarka
150 g mljevenih badema
100 g lanenih sjemenki (cijele ili mljevene)
50 g chia sjemenki
50 g kukuruznog brašna
2 kašikice soli
1 pak. praška za pecivo (=16 g)
1 kašikica začina za crni kruh (opcionalno)
2 kašike javorovog sirupa (opcionalno)

Sastojci za 1 mali kruh

(Kalup za kruh i kolače veličine
25.2 x 12.5 x 5.9 cm ili čak još manji):

3 jaja vel. M
250 g svježeg posnog sira/kvarka
75 g mljevenih badema
50 g lanenih sjemenki (cijele ili mljevene)
25 g chia sjemenki
25 g kukuruznog brašna
1 kašikica soli
½ pak. praška za pecivo (=8 g)
½ kašikice začina za crni kruh (opcionalno)
1 kašika javorovog sirupa (opcionalno)

Priprema:

- 1) U posudi za miješanje jaja pjenasto umutite.
- 2) Dodajte sir i sve ostale sastojke. Miksajte dok se ne sjedine.
- 3) Posudu prekrijte krpom pa ostavite smjesu jedno 10 min da odstoji i nabubri. U međuvremenu pomastite kalup i zagrijte rernu na 170 stepeni vrući zrak ili 190 stepeni gornji/donji grijači.
- 4) Pecite kruh na 2. šini od dolje, znači ne na srednjoj jer bi previše potamnio, oko 60 min. Tijesto je vlažno pa mu je zbog toga potrebno više vremena da se ispeče.
- 5) Nakon pečenja ga izvadite iz rerne i iz kalupa. Umotajte ga u krpu i ostavite da se potpuno ohladi.
- 6) Držite ga umotanog u sloju pek papira i alu ili prozirne folije i to najbolje u frižideru. Na sobnoj temp. se zbog korištenih sastojaka brzo pokvari a ovako može biti i do 5 dana bez da se pokvari.

