

Banane-Apfelbrot 07.10.2023



Vorteig: 100 g Wasser, darin 8 g Zucker und 1 Päckchen Hefe auflösen. 50 g Weizenmehl einrühren und die Mischung 60 Minuten gehen lassen.

Zutaten:

Vorteig (also 50 g Weizenmehl, 100 g Wasser)

60 g sehr reife Banane (Fruchtmasse).

10 g Öl

15 g Zucker

4 g Salz

2 g Zimt

100 g Äpfeln, ungeschält, sehr klein geschnitten

10 g Zitronensaftkonzentrat

4 g Ingwer sehr klein geschnitten

50 g Rosinen

45 g Trockenpflaumen

50 g Wasser

38 g Knuspermuesli

16 g Kokosraspel

65 g Dinkelvollkornmehl

200 g Weizenmehl + etwas Mehl für die Teigbearbeitung (11 g)

Stockgare: 2 ½ Stunde, der Teig bleibt klebrig.

Stückgare: Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und Brötchen formen. Zugedeckt noch etwa **50 Minuten** gehen lassen.

Backzeit 26 Minuten. Auf 240° vorheizen und eine Schüssel mit Wasser im Backofen stellen. Ofenblech in die Mitte schieben, Oben- und Unterhitze einstellen. Nach 10 Minuten auf 200° zurückdrehen und das Wasser entnehmen.

Teigmasse 843 Gram (alles mitinbegriffen)