

Früchtebrot

Zutaten | 1 Brot

300 g	Weizenmehl
80 g	Zucker
1 Pck.	Backpulver
100 g	Cranberries
1	Ei
200 ml	Milch
150 g	Walnüsse
1-2 EL	Haferflocken für die Form

Zubereitungszeit: 10 Minuten, Backzeit: 1 Std.

Zubereitung:

- Walnüsse grob hacken.
- Mehl, Zucker, Backpulver und Cranberries in eine Schüssel geben.
- Milch und Ei hinzufügen und mit einem Handrührgerät zu einem glatt Teig verarbeiten.
- Zum Schluss die Walnüsse kurz unterrühren.
- Eine Backform mit Butter einfetten und den Boden mit etwas Haferflocken bedecken, damit sich das Brot nach dem Backen leichter löst.
- Den Teig in die Form füllen und im vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze: 170°C) ca. 1 Std. backen.

Tipp:

Die Hälfte der Menge an Weizenmehl durch Vollkornmehl ersetzen.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
323 kcal	11,8 g	44,7 g	7,4 g	71 mg