

## Zubereitung für 1 Kastenbrot

Wenn du lieber eine Brotstange backen willst, nimm einfach 260g Backmischung+215ml warmes (!) Wasser



### Entweder mit E.A.S.Y.

- 3 große + 3 mittlere E.A.S.Y.-Messlöffel Backmischung (gestrichen)
- 2 große + 1 mittlerer E.A.S.Y.-Messlöffel warmes (!) Wasser



### Oder mit Küchenwaage

- 400g Backmischung
- 330ml warmes (!) Wasser

1.

Zutaten abwiegen und kurz mit einem Löffel zu einem homogenen Teig verarbeiten.

2.

Teig in Marcel's E.A.S.Y.-Backform geben und 10 Minuten ruhen lassen. Nach Belieben mit Körnern oder Nüssen bestreuen.

(Falls du eine andere Backform, Topf oder Glasform nutzt, denk daran, diese mit einem Backpapier auszulegen)

3.

Ofen auf **180°C O-U-Hitze** vorheizen. Auf unterster Schiene für **ca. 45 Minuten** backen. Aus der Backform stürzen und auskühlen lassen.



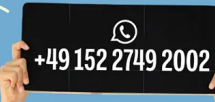
"Weniger IndustrieFood bitter"

Marcel

Du hast Fragen zu unseren Produkten?  
Melde dich ganz einfach  
per Telefon oder über WhatsApp.

Über WhatsApp bekommst du:  
**Rabattcodes, Rezepte, Tipps**  
und vieles mehr.

Nummer speichern -  
WhatsApp schreiben -  
Vorteile sichern!



ALLE PRODUKTE AUF [WWW.MARCELS.EU](http://WWW.MARCELS.EU)

Brotbackmischung „Schnelles Haferbrot“

**ZUTATEN:** Pflanzliches Eiweiß (WEIZEN), 15% VOLLKORNHAFERFLOCKEN, 15% Leinsamen, DINKELMEHL, Sonnenblumenkerne, HAFERKLEIE, gepuffter Amaranth, geröstete Kürbiskerne, Hefe getrocknet, Speisesalz.

① Dinkel ist eine Weizenart.



Durchschnittliche Nährwerte  
pro 100g zubereitet

Energie	1119kJ / 267kcal
Fett	9,9g
davon gesättigte	
Fettsäuren	1,3g
Kohlenhydrate	20g
davon Zucker	1,2g
Ballaststoffe	5,3g
Eiweiß	22g
Salz	1,3g

Kann Spuren von Sesam, Lupinen, Erdnüssen, Haselnüssen, Mandeln, Cashewnüssen, anderen Schalenfrüchten, Soja, Milch, Ei und Gluten enthalten.  
Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.  
Füllhöhe technisch bedingt. Kühl, dunkel und trocken lagern.  
Ungeöffnet mindestens haltbar bis: siehe Aufdruck.

MARCELS BETTER FOOD  
Innoport GmbH  
Seeholzenstr. 2 b / D-82166 Gräfelfing / Deutschland  
Kontakt: [hallo@marcels.eu](mailto:hallo@marcels.eu)

1200g