

Topfen – Vollkornbrot

Zutaten:

Ergibt einen Striezel:

600 g Magertopfen, 2 Eier, 50 g Dinkelvollkornmehl, 40 g Trocken-Sauerteig, 200 g Hafermark, 80 g Weizenkleie, 20 g geschroteten Leinsamen, 4 TL Backpulver, 2 TL Salz, 2 TL Brot Gewürz, 40 g Flohsamenschalen, 150 ml lauwarmes Wasser;

Zubereitung:

Topfen mit Eiern verrühren. Die restlichen Zutaten dazugeben und mit der Hand zusammen kneten. Zu einem Striezel formen und 10 Minuten quellen lassen. Backrohr bei Ober-Unterhitze auf 180°C vorheizen. Das Brot einschieben und 1 Std. backen.

Karotten – Aufstrich

Zutaten:

400 g Topfen, 1 Knoblauchzehe, ½ Bund Petersilie, 100 g feingeriebene Karotten, ½ Bund Schnittlauch, Salz, Pfeffer, ½ TL Paprika Pulver (edelsüß), Zitronensaft nach Geschmack;

Zubereitung:

Knoblauch fein hacken, Petersilie und Schnittlauch fein schneiden und mit den restlichen Zutaten zum Topfen mischen.

Gut abschmecken!

Gutes Gelingen wünscht Elfriede Schachinger!