

# *Das Apfelbrot*

350 g Sauerteig (eigene Herstellung oder Bio)  
700 g Roggenmehl  
ca. 350 ml Apfelsaft (40°C)  
4 TL Salz  
2 TL Zucker  
1 TL Koriander gemahlen  
1 TL Kümmel gemahlen  
1 TL Fenchelsamen  
Kürbiskerne, Walnüsse oder Sonnenblumenkerne  
1 Apfel in kleinen Stücken

Alle Zutaten in einer großen Schüssel am Besten mit dem Handmixer  
4 – 5 Minuten verrühren bis ein geschmeidiger Brotteig entstanden ist.

Den Teig bemehlen, aus der Schüssel heben und in ein Brotkörbchen legen. Mit einem  
Küchentuch abdecken und etwa **4 – 5 Stunden** gehen lassen!!!

Den Backofen 15 Minuten lang auf 250°C vorheizen.

Den Brotteig auf ein Backblech stürzen und bei 250°C 15 Minuten backen.

Den Ofen auf 200°C herunterregeln und weitere 45 Minuten backen.

Nimmt man das Brot heraus und klopft auf den Boden, muß es sich hohl anhören, dann ist es  
fertig.

Rezept von Alexander Göttlicher

Dieses Brot wurde schon ausgiebig auf den Apfelfesten in Illafeld getestet.