



# ZUCCHINI-BROT

350 g Zucchini

- waschen und fein reiben.

---

300 g Weizenvollkornmehl  
200 g Weizenmehl (Type 405)  
0,5 Würfel frische Hefe  
1,5 TL Salz  
Pfeffer  
50 g Sonnenblumenkerne  
200 g Wasser

- und
- in eine Schüssel geben.
- dazu bröseln.
- und
- dazugeben und mit
- zu einem Teig verrühren.

- 
- 1 Stunde gehen lassen, dann den Teig nochmal kneten und in eine Brotbackform geben.
  - 30-40 Minuten bei 200°C backen.

