

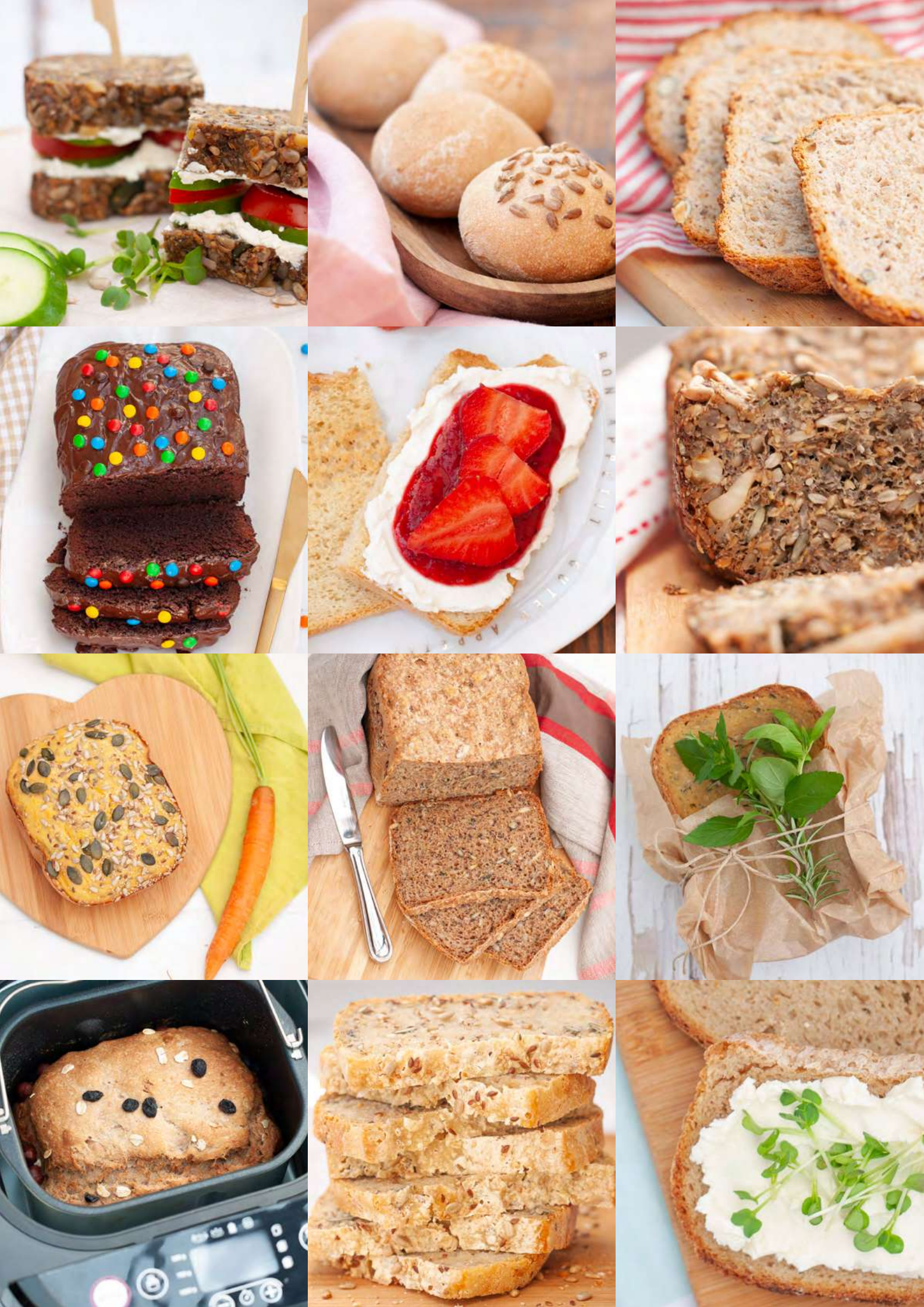
# Tefal®



## ECHT LECKER!

*Rezepte mit dem Brotbackautomaten*





# TIPPS & TRICKS ZUM START

*Brotduft auf Knopfdruck? Mit dem Brotbackautomaten von Tefal ist das ganz einfach! Er kann aber noch viel mehr – von Brötchen über Marmelade bis hin zu Porridge und Joghurt. Um ein bestmögliches Ergebnis zu erzielen, habe ich fünf Tipps zusammengestellt, wie man den Brotbäcker verwendet, damit feine Leckereien am Ende herauskommen.*

Grundsätzlich sollten die verwendeten **Zutaten** alle **Raumtemperatur** haben, dadurch wird das Backergebnis optimiert.

Alle **flüssigen Zutaten** kommen **zuerst in den Behälter**, anschließend die trockenen Zutaten und die **Hefe** immer ganz **zum Schluss**. Frische Hefe sollte in kleine Stücke gezupft und ganz oben auf den trockenen Zutaten verteilt werden.

**Trockenhefe** darf **nicht mit den flüssigen Zutaten in Kontakt** kommen, sonst geht der Gärprozess sofort los. Am besten drückt man eine kleine Vertiefung in das Mehl und füllt dort die Hefe hinein. Das gilt vor allem, wenn der Backprozess nicht sofort beginnen, sondern mit Hilfe der Programmierungsfunktion erst später starten soll.

Auch wenn es schwerfällt: den **Deckel während der Programmlaufzeit nicht öffnen**. Schon der geringste Luftzug kann bewirken, dass das Brot seine Form verliert – es sei denn, im Rezept ist etwas anderes angegeben.

Das Brot am besten **sofort** nach dem Ende des Programms **aus der Form stürzen**. So bleibt das Brot schön knusprig und es bildet sich kein Schwitzwasser.

*Bon Appétit!  
Eure ELBKÖCHIN*

 ELBCUISINE



# MÜSLI- BROT

*Das Müslibrot ist das perfekte Brot zum Frühstück. Nüsse, Trockenfrüchte und Haferflocken geben Energie und machen lange satt. Es harmoniert wunderbar zu süßen Aufstrichen.*

## Zutaten

270 ml Wasser  
400 g Weizenmehl Typ 550  
50 g Haferflocken  
100 g Studentenfutter  
1 ½ TL Salz  
2 TL Zucker  
1 P Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 4  
750 g Brot  
Helle Bräunung  
Zeit 3:02 h

 Fertig in 182 Minuten.







# KÖRNER- BROT

*Das helle Körnerbrot ist dank weniger Zutaten in kurzer Zeit zum Backen bereit. Gerade für den Einstieg ein leckeres und einfaches Brot.*


## Zutaten

350 ml Wasser  
370 g Weizenmehl Typ 550  
100 g Kerne und Saaten  
1 ½ TL Salz  
½ TL Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben.

Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 4  
750 g Brot  
Mittlere Bräunung  
Zeit 3:05 h

 Fertig in 185 Minuten.







# VOLLKORN- BROT

*Hundert Prozent Vollkorn, gemischt mit Kernen und Saaten, sichert den kraftvollen Genuss und macht lange satt. Wer es noch aromatischer mag, gibt einen Teelöffel Brotgewürz in den Teig.*

## Zutaten

280 ml Wasser  
2 EL Essig  
150 g Roggenvollkornmehl  
250 g Weizenvollkornmehl  
150 g Sonnenblumenkerne  
2 TL Salz  
1 P Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Kneithaken geben.

Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 9  
750 g Brot  
Dunkle Bräunung  
Zeit 2:05 h

 Fertig in 125 Minuten.







# TOAST- BROT

*Feinporiges, helles Toast ist genau das Richtige für einen positiven Start in den Tag. Es ist das ideale Brot für süße Aufstriche, aber auch Avocadoscheiben sind eine leckere Kombination.*

## Zutaten

150 ml Wasser  
150 ml Milch  
30 g Butter, weich  
400 g Weizenmehl Typ 450  
100 g Weizenmehl Typ 550  
1 TL Salz  
1 TL Zucker  
1 P Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Kneithaken geben.

Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 7  
750 g Brot  
Helle Bräunung  
Zeit 3:25 h

 Fertig in 205 Minuten.







GLUTENFREIES

# SAATEN- BROT


*Das gesunde Saatenbrot punktet mit reichlich Ballaststoffen, gesunden Fetten aus Leinsamen, Chiasamen und Kernen. Es eignet sich für die glutenfreie aber auch für die Low-Carb-Ernährung.*

## Zutaten

- 300 ml Wasser
- 150 g Sonnenblumenkerne
- 120 g geschrotete Leinsamen
- 60 g Kürbiskerne
- 60 g Cashewkerne, gehackt
- 60 g Chiasamen
- 30 g Flohsamenschalen
- 1 TL Salz
- 2 EL Tahini (Sesammas)
- 1 TL Ahornsirup
- 1 TL Zitronensaft

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Während des Rührens und kurz vor dem Backen regelmäßig die Kerne an den Seitenwänden des Behälters nach unten schieben und den Teig mit einem Schaber zusammendrücken.

Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

 Fertig in 85 Minuten.

Programm 5  
500 g Brot  
Dunkle Bräunung  
Zeit 1:25 h





# KAROTTEN- BROT

*Schön saftig mit Karotten und Joghurt: Dank seiner hellgelben Farbe durch das Ei ist das Brot auch ein Augenschmaus und sorgt für Abwechslung auf dem Tisch.*


## Zutaten

270 ml Wasser  
175 g Joghurt  
1 Ei  
100 g Karotten, geraspelt  
265 g Mehl  
½ P Backpulver  
75 g Salatkernmischung  
1 TL Salz  
½ TL Zucker  
1 P Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Kneithaken geben.

Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 5  
500 g Brot  
Helle Bräunung  
Zeit 1:25 h

 Fertig in 85 Minuten.





# HAFER- BROT

*Haferflocken passen nicht nur ins Müsli, sie eignen sich auch hervorragend zum Backen. So kommen mehr Ballaststoffe ins Brot und machen es gesünder.*

## Zutaten

350 ml Wasser  
1 EL Essig  
1 EL Honig  
350 g Weizenmehl Typ 550  
50 g Roggenmehl Typ 1150  
100 g Haferflocken, weiche  
1 TL Salz  
1 P Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben.

Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 8  
750 g Brot  
Dunkle Bräunung  
Zeit 2:45 h

 Fertig in 165 Minuten.








# KNUSPRIGE BRÖTCHEN

*Morgens lassen sich frische selbstgemachte Brötchen ganz einfach mit dem Brotbackautomaten zaubern. Dank der Programmierungsfunktion geht es gleich noch viel schneller.*

## **Zutaten**

- 150 ml Wasser
- 10 g Olivenöl
- 250 g Weizenmehl Typ 550
- ½ TL Salz
- 10 g Hefe, frisch

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Die Hefe zum Schluss in kleine Stücke zupfen und oben auf den trockenen Zutaten verteilen. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen. Den Teig in 8 Stücke teilen, rund formen. Anschließend auf ein Blech mit Backpapier legen und abdecken. 20 Minuten ruhen lassen. Mit Wasser bestreichen und mit Sonnenblumenkernen, Sesam oder ähnlichem bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad 18-20 Minuten backen.

 Fertig in 69 Minuten.

Programm 11  
Zeit 1:09 h





GLUTENFREIES

# PROTEIN- BROT

*Das Proteinbrot ist wahres Superfood: Es ist glutenfrei, eiweißreich und saftig. Richtig aufbewahrt, bleibt das Brot lange frisch und schmeckt auch getoastet prima.*

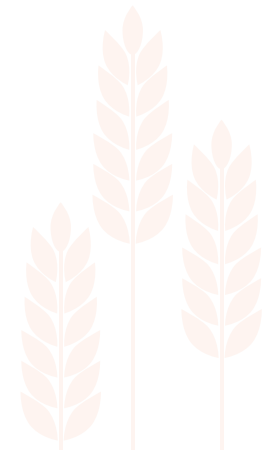
### Zutaten

- 375 ml Wasser
- 4 Eier
- 4 EL Olivenöl
- 250 g Kichererbsenmehl
- 100 g Mandeln, gemahlen
- 50 g Leinsamen
- 100 g gemischte Samen (z.B. Sonnenblumenkerne, Sesam, Chia, Kürbiskerne)
- 1 TL Salz
- 1 P Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 9  
750 g Brot  
Mittlere Bräunung  
Zeit 3:02 h

 Fertig in 182 Minuten.







GLUTENFREIES

# HAFER- BROT

*Glutenfreies Brot aus dem Supermarkt enthält oft künstliche Zusatzstoffe und Aromen. Mit wenigen Zutaten lässt sich das glutenfreie Haferbrot ganz einfach selbst zubereiten.*

## Zutaten

550 ml Wasser  
320 g Haferflocken, glutenfrei  
100 g Kürbiskerne  
60 g Sonnenblumenkerne  
80 g gemahlene Leinsamen  
1 ½ TL Salz  
1 TL Zucker  
1 P Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 7  
1000 g Brot  
Dunkle Bräunung  
Zeit 3:30 h

 Fertig in 210 Minuten.







# JOGHURT- BROT

*Das Joghurtbrot wird mit Saaten, Leinsamen und Sonnenblumenkernen angereichert. Sie verleihen ihm seinen nussigen Charakter und einen zusätzlichen Gesundheitskick.*

## Zutaten

200 ml Wasser  
150 g Joghurt 10 %  
300 g Weizenmehl Typ 550  
100 g Weizenvollkornmehl  
100 g Dinkelvollkornmehl  
60 g Sonnenblumenkerne  
30 g Kürbiskerne  
10 g Leinsamen, grob geschrotet  
10 g Salz  
1 TL Trockenhefe

Die Zutaten nach der Reihenfolge, also erst die flüssigen, dann die festen Bestandteile, in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen.

Programm 8  
750 g Brot  
Dunkle Bräunung  
Zeit 2:45 h

 Fertig in 165 Minuten.








# SCHOKOLADEN- KUCHEN

*Herrlich schokoladig mit Kakao und geschmolzener Schokolade, da kann keiner widerstehen – ein saftiger Genuss für Schoko-Fans.*

## Zutaten

150 g Butter  
100 g Schokolade  
3 Eier  
175 g Zucker  
100 g Weizenmehl Typ 550  
100 g Mandeln, gemahlen  
3 EL Kakao  
2 TL Backpulver  
1 Prise Salz

Butter und Schokolade in einem Topf schmelzen. Erst die Eier, anschließend die Schokoladen-Butter-Mischung in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Anschließend die Zutaten nach der Reihenfolge in den Behälter füllen. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen. Wer mag, dekoriert den Kuchen mit Schokoladenglasur und bunten Schokodrops.

 Fertig in 105 Minuten.

Programm 13  
1000 g  
Mittlere Bräunung  
Zeit 1:45 h





# HEIDELBEER- MARMELADE


*Marmelade kochen, ohne zu spritzen: Das geht ganz einfach mit dem Brotbackautomaten. Zutaten rein, Programm starten – fertig!*

## Zutaten

300 g Heidelbeeren  
175 g Zucker  
1 EL Zitronensaft

Die Zutaten nach der Reihenfolge in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen. Danach in verschließbare Gläser füllen und in den Kühlschrank stellen.

Programm 17  
Zeit 0:55 h

 Fertig in 55 Minuten.







# POWER- PORRIDGE


*Unter die Dusche springen und währenddessen das Porridge zubereiten – kein Problem mit dem Backautomaten. Mit einem Esslöffel Nussmus wird der gesunde Muntermacher noch cremiger.*

## **Zutaten für 1 Person**

- 200 ml Milch
- 200 ml Wasser
- 1 Prise Salz
- 4-5 EL Haferflocken
- 1 EL Nussmus
- 2 TL Honig oder Ahornsirup
- 1 Prise Zimt

Die Zutaten nach der Reihenfolge in den Behälter mit eingesetztem Knethaken geben. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen. In eine Schale füllen und mit Obst, Kakaonibs, Nüssen oder ähnlichem dekorieren.

Programm 15  
Zeit 0:45 h

 Fertig in 45 Minuten.




# CREMIGER JOGHURT

*Frischer selbstgemachter Joghurt ist ein ganz besonderes Erlebnis. Er schmeckt lecker pur oder lässt sich mit Früchten herrlich verfeinern.*

**Zutaten**  
600 ml Milch  
100 g Joghurt

Die Zutaten in den weißen Plastikbehälter des Brotbackautomaten füllen und gut vermischen. Das Gefäß ohne Deckel in den Behälter ohne Knethaken geben. Die Einstellungen für den Brotbackautomaten aus der Info-Box übernehmen. Danach in verschließbare Gläser füllen und in den Kühlschrank stellen.

Programm 18  
Zeit 8:00 h

 Fertig in 480 Minuten.





