

claro Weltladen (071 845 34 44)
Marienbergstrass 8
9400 Rorschach
www.claro-rorschach.ch



Früchtebrot

Trockenfrüchte schmecken nicht nur pur richtig gut, sondern kommen auch in einem selbstgebackenen Früchtebrot perfekt zur Geltung. Mit den zahlreichen hochwertigen Zutaten enthält das Früchtebrot viele wertvolle Nährstoffe und kann mit ein bisschen Kreativität für jeden Geschmack angepasst werden.

Speziell gut sind in diesem Rezept unsere **neuen Mandeln**. Sie stammen aus Pakistan und sind ab sofort nicht nur fair gehandelt, sondern neu auch in Bio-Qualität!

- *120g Haselnüsse
- *60g Mandeln
- *100g Datteln getrocknet und entsteint
- *50g Feigen getrocknet
- *100g Mango (Amelia)
- *50g Aprikosen
- *100g Rosinen
- 3 Eier
- *120g Zucker
- *120g Mehl
- 1 Zitrone Saft
- 1 Schuss Rum (nach Belieben)
- *1TL Zimt
- *1 TL Ingwerpulver
- 1 TL Backpulver
- *1 Prise Salz

- Haselnüsse und Mandeln mischen (gehackt oder gemahlen)
- Trockenfrüchte in kleine Stücke schneiden. Mango Amelie ca. eine Stunde vor der Zubereitung ins warme Wasser legen, damit sie weich werden. Je nachdem, wie feucht das Brot werden soll, kann ein wenig vom Abgusswasser der Mangos der Mischung beigefügt werden
- Eier und Zucker verrühren. Die restlichen Zutaten begeben und vermischen
- Teig in eine eingefettete Kastenform geben und im Backofen bei 160°C ca. 1h Umluft backen oder mit Ober- und Unterhitze 180°C während ungefähr 50min
- Nach dem Backen in der Form auskühlen lassen

*Diese Artikel finden sie in unserem Laden