



**Kochdauer:**

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten für 4 Portionen:**

500 g Roggenmehl, Type R960  
500 g Weizenmehl, Type W1600  
0,5 Pkg. Frischhefe  
1 TL Braunzucker, großkörnig  
125 ml lauwarmes Wasser  
500 ml Buttermilch  
250 ml heißes Wasser  
1 TL Brotgewürz  
0,5 TL Kümmel  
2 TL Salz  
1 Stk. Ei

**Mein persönlicher Tipp**

Dieses Brot ist ein schönes Mitbringsel bzw. wirkt sehr dekorativ bei einer Einladung zum Frühstück.



**Adelheid Gschösser**

Seminarbäuerin aus dem Bezirk Kufstein

## Buttermilchbrot

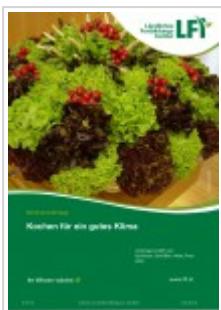


Foto: Gschößer/TBO Tiroler Bäuerinnenorganisation - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- Die Mehle mischen und in einer Grube das Dampfli (lauwarmes Wasser mit Zucker und Germ vermischt) zubereiten und gehen lassen.
- Heißes Wasser und Buttermilch mischen, hinzufügen und zu einem Teig verarbeiten. Wieder gehen lassen.
- Kleine Leibchen formen und rosettenförmig auf das Blech legen. Nochmals gehen lassen.
- Mit verquiritem Ei bestreichen und mit verschiedenen Körnern bestreuen.
- Bei 190°C Heißluft backen.

**Quellen:**



LFI- Ländliches Fortbildungsinstitut



**lk** Bäuerinnen Österreich

Eine Initiative des  
**AGRAR.PROJEKT.VEREIN**

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

LE 14-20  
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschafts- und  
Ressort für die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete



Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen

traditionell & saisonal

Tirol: Seminarunterlage - Kochen für  
ein gutes Klima



lk Bäuerinnen  
Österreich

Eine Initiative des  
**AGRAR.PROJEKT.VEREIN**

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

LE 14-20  
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschafts- und  
Ressourcenraum:  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete.

