



# Die Mehlkiste

... hat alles was Sie zum Backen brauchen.

## Rezept des Monats

März 2012

### römisches Legionärs-Brot

#### Zutaten:

500	g	Weizenmehl Type 550
300	ml	Wasser, lauwarm
4	EL	Honig, handwarm
20	g	frische Hefe
1	TL	Zucker
1	TL	Salz
1		Zwiebel, fein gehackt (alternativ: Karotten, Äpfel, Lauch, Kräuter, Paprika)

1. Die Hefe mit ein wenig Wasser und dem Zucker anrühren und ca. 10 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich kleine Bläschen an der Oberfläche zeigen.
2. Mehl, restliches Wasser, Hefe-Mischung, Salz und Zwiebel zu einem glatten Teig verkneten, abdecken und an einem warmen Ort 20 Minuten gehen lassen.
3. Streichen Sie den Laib mit Honig ein und backen Sie das Brot bei 200°C ca. 45 Minuten. Für eine schöne Kruste, stellen Sie eine Schüssel Wasser auf den Herdboden.

#### **Öffnungszeiten:**

**Montag – Freitag** 15:00 – 18:00 Uhr  
**Zusätzlich Mittwoch** 9:30 – 12:30 Uhr  
**Samstag** 9:00 – 12:00 Uhr

**Brückenstr. 2 – 6, 41516 Grevenbroich**  
**Tel.: 02181/2279-0 Fax: 02181/2279-40**  
**[www.muehle-koffmann.de](http://www.muehle-koffmann.de)**