

2-3
BROTE

Marcel's
BETTER FOOD



Servivorschlag

SAFTIGES KÖRNER BROT

***Carbs**=Kohlenhydrate: Dieses Brot enthält nur 8,4g Kohlenhydrate pro 100g
im Vergleich zu konventionellem Mischbrot: 46g Kohlenhydrate pro 100g

800g

Zubereitung für 1 Kastenbrot



Wenn du lieber eine Brotstange backen willst, nimm einfach 260g Backmischung+200ml warmes (!) Wasser

1.

Zutaten abwiegen und kurz mit einem Löffel zu einem homogenen Teig verarbeiten.



Entweder mit E.A.S.Y.

- 4 große + 1 kleiner E.A.S.Y.-Messlöffel Backmischung (gestrichen)
- 5 kleine E.A.S.Y.-Messlöffel warmes (!) Wasser



Oder mit Küchenwaage

- 400g Backmischung
- 300ml warmes (!) Wasser

2.

Teig in Marcel's E.A.S.Y.-Backform geben und 10 Minuten ruhen lassen.

Nach Belieben mit Körnern oder Nüssen bestreuen.

(Wenn du eine andere Backform, Topf oder Glasform nutzt, denk daran, diese mit einem Backpapier auszulegen)

3.

Ofen auf 200°C O-U-Hitze vorheizen.

Auf unterster Schiene für ca. 60 Minuten backen.

Aus der Backform stürzen und auskühlen lassen.

EAT GOOD. FEEL GOOD.



Jetzt scannen!
MIT DEINER HANDYKAMERA

Ruf an
oder schreib uns
eine WhatsApp



+49 152 2749 2002

% Rabatt-
codes



AirFryer
Rezept!

Fragen

Rezepte
& Ideen

„Weniger Industriefood bitte!“

ALLE PRODUKTE AUF
WWW.MARCELS.EU

Marcel



Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzenstr. 2 b / 82166 Gräfelfing / Deutschland
Kontakt: support@trein-group.com

800g

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g zubereitet
Energie	1154kJ / 269kcal
Fett	14g
davon gesättigte	
Fettsäuren	1,7g
Kohlenhydrate	8,4g
davon Zucker	1,0g
Ballaststoffe	9g
Eiweiß	22g
Salz	0,6g

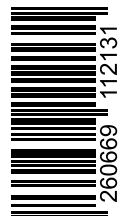
Brotbackmischung „Saftiges Körnerbrot“

UNSERE ZUTATEN SIND:

Leinsamen, pflanzliches Eiweiß (WEIZEN), 15% Sonnenblumenkerne, SOJAMEHL, SESAM, 10% DINKELVOLLKORNMEHL, 5% Kürbiskerne, getrockneter Sauerteig (ROGGENMEHL fermentiert), Trockenhefe, Speisesalz, GERSTENMALZEXTRAKT.

① Dinkel ist eine Weizenart.

Kann Spuren von Sesam, Lupinen, Erdnüssen, Haselnüssen, Mandeln, Cashewnüssen, anderen Schalenfrüchten, Soja, Milch, Ei und Gluten enthalten. Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen. Füllhöhe technisch bedingt. Kühl, dunkel und trocken lagern. Ungeöffnet mindestens haltbar bis: siehe Aufdruck.



4 260669 112131