

## ANWENDUNG

### Für ein Brot:

350g Backmischung + 290ml Wasser 2 Minuten kneten.

### Für eine Baguettestange:

350g Backmischung + 290ml Wasser 2 Minuten kneten.

Brot formen, ggf. mit Haferflocken oder Körnern garnieren.

Brot auf ein Backblech mit Backpapier legen und 30 Minuten abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Auf zweitunterster Schiene im Ofen backen.

10 Minuten auskühlen lassen & genießen!

**Backtemperatur:** 180 °C Ober-/Unterhitze

**Backzeiten:** Brot: 50-60 Minuten  
Baguettestangen: 30-40 Minuten

## NÄHRWERTTABELLE

### Backmischung für Vital-Haferling

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g zubereitet:

Energie/Energy: Kcal/ kJ	1125 / 268
Fett/Fats: g	9,9
gesättigte Fettsäuren/ Saturated: g	1,3
Kohlenhydrate/Carbohydrates: g	20
Zucker/Sugar: g	1,2
Ballaststoffe/Fiber: g	7,2
Eiweiss/Proteins: g	22
Salz/Salt: g	1,3

## ZUTATEN

Pflanzliches Eiweiß (WEIZEN), HAFERflocken, Leinsamen, DINKELmehl, Sonnenblumenkerne, HAFERkleie, gepuffter Amarant, Kürbiskerne, Trockenhefe, Speisesalz.

## WARNHINWEISE

Kühl, dunkel und trocken lagern. Nach öffnen bitte zeitnah aufbrauchen.

## VERTRÄGLICHKEIT

Hergestellt in einem Betrieb, in dem auch Sesam, Lupine, Soja, Milch und Ei verarbeitet werden.

Jetzt gleich nachbestellen unter  
[www.channel21.de](http://www.channel21.de)

## CHANNEL21 GMBH

Gradestraße 22 · 30163 Hannover  
E-Mail: [info@channel21.de](mailto:info@channel21.de)

500



17027000

Vital-Haferling, 1400 g, für 4-6 Brote

5203610000000000