

Schwierigkeit: mittel

Zeit: 2 Stunden (+ Körnererbsen über Nacht einweichen, Kochzeit: 20 bis 30 Minuten)

Saatenbrot mit Pistazien-Körnererbsen-Creme

Und so geht's:

Am Vortag: Körnererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Für das Brot alle trockenen Zutaten in einer Küchenmaschine mischen, dann 700 ml Wasser, Ahornsirup sowie Kokosfett dazugeben und einige Min. zu einem homogenen Teig verkneten. Teig abdecken und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Am nächsten Tag: Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen und eine Kastenform mit Backpapier auskleiden. Teig in die Form füllen und glattstreichen, dann 60 Min. im Backofen auf der mittleren Schiene backen. Das Brot nach 30 Min. mit Hilfe des Backpapiers aus der Kastenform nehmen, auf den Rost stellen und fertig backen. Anschließend aus dem Ofen nehmen und komplett abkühlen lassen. Für die Creme Körnererbsen abgießen, Einweichwasser wegschütten und Körnererbsen in frischem Wasser aufkochen. Entstandenen Schaum abschöpfen und Körnererbsen 20 bis 30 Min. leise köcheln lassen und dann abgießen. Schokolade fein hacken und über heißem Wasserbad schmelzen. Pistazien in einer Küchenmaschine fein mahlen, dann mit Körnererbsen, Schokolade, Kondensmilch sowie Butter fein pürieren (z.B. in einem Hochleistungsmixer) und mit Salz abschmecken.



Zutaten

Zutaten für ein 450-g-Glas Creme sowie ein Brot (24 cm Kastenform):

Creme

100 g Körnererbsen, geschält
80 g weiße Schokolade
200 g Pistazien
200 ml gesüßte Kondensmilch
50 g Butter
Salz

Brot

300 g Haferflocken
200 g Sonnenblumenkerne
180 g Leinsamen
70 g Kürbiskerne
125 g Mandeln oder Haselnüsse, gehackt
25 g Chiasamen
25 g Flohsamenschalen
2 TL Salz
2 TL Ahornsirup
2 EL Kokosfett, geschmolzen