

[www.fv-gymgo.de](http://www.fv-gymgo.de)



**Kreis der Förderer des Gymnasiums Goch e. V.**

## Hirsebrot

300 ml Wasser erhitzen und die Hirse darin zehn Minuten ankochen und 30 Minuten bei schwacher Hitze ausquellen lassen. Salz und Hefe in 250 ml Wasser auflösen und mit fein gemahlenem Weizenmehl und Dinkelmehl mischen. Nun die abgekühlte Hirse untermengen und das Ganze etwa acht Minuten kneten. Anschließend den abgedeckten Teig 30 Minuten warm stellen.

Eine 20-40 cm lange Kastenform ausfetten und den nochmals durchgekneteten Teig einfüllen. Die abgedeckte Form in den auf 240 Grad vorgeheizten Backofen stellen, dazu eine Schüssel mit Wasser stellen. 20 Minuten bei 240 Grad, anschließend 40 Minuten bei 190 Grad backen. Nach 20 Minuten die Haut vier mal einstechen und mit Wasser besprühen.

**Zubereitungszeit:** ca. 20 Min.  
**Schwierigkeitsgrad:** simpel  
**Brennwert p. P.:** 644 kcal



### Zutaten für 1 Portionen:

550 ml Wasser  
100 g Hirse  
200 g Mehl (Weizen)  
300 g Mehl (Dinkel)  
30 g Hefe  
12 g Salz

Für den Förderverein in der Backstube Rhode, Goch gebacken.

