



# Apfel-Brot mit kalifornischen Walnüssen



## Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 87 kcal/ 364 kJ  
Eiweiß: 2 g                      Fett: 3,5 g  
Kohlenhydrate: 12 g

## Zubereitungszeit:

ca. 40 Minuten + Gehzeit

## Zubereitung:

1. Mehl und Salz in eine Schüssel geben. In die Mitte eine Vertiefung drücken. Wasser hineingießen und die Hefe hinein bröckeln. 1 Teelöffel Zucker zugeben und alles mit etwas Mehl zu einem Brei verrühren. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 15 Minuten gehen lassen.
2. Den restlichen Zucker, Milch, Butter und Zimt zufügen und alles mit den Knethaken des Handrührers zu einem glatten Teig verarbeiten. Abgedeckt ca. 45 Minuten gehen lassen.
3. Apfel vierteln, schälen und das Kerngehäuse herausschneiden. Apfel in sehr feine Würfel schneiden. Walnüsse fein hacken. Teig kurz durchkneten. Apfel und Walnüsse darauf geben und alles möglichst gleichmäßig unterkneten. Abgedeckt nochmals ca. 20-30 Minuten gehen lassen.
4. Teig nochmals durchkneten und zu einem Laib formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Abgedeckt nochmals 15-20 Minuten gehen lassen. Teig mit einem scharfen Messer diagonal einritzen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Gas: Stufe 2-3, Umluft: 160 Grad) ca. 20-25 Minuten backen.

## Zutaten für 24 Portionen :

300 g Mehl (Type 405)  
1/2 TL Salz  
30 ml handwarmes Wasser  
1/2 Päckchen frische Hefe (ca. 20 g)  
40 g brauner Zucker  
150 ml Milch  
30 g weiche Butter  
1 TL Zimt  
1 kleiner Apfel  
80 g kalifornische Walnüsse

**Tipp:** Das Brot kann auch in einer Kastenform (26 cm lang) gebacken werden.