

## Rolands Eiweißbrot

### Die Zutaten

200g Mandeln grob gemahlen (Am besten geröstet) ([gibt's bei mir](#))

250 g Sonnenblumenkerne

50 g Flohsamenschalen

50 g Leinsamen geschrotet

50 g Haselnüsse gehackt

80 g Chiasamen

1 Packung 15g Weinsteinbackpulver

5 g Salz

30 g Olivenöl oder Kokosöl

450g warmes Wasser

### Zubereitung

Zutaten mit 450ml lauwarmen Wasser und 3 EL. Olivenöl mit dem Mixer durchkneten, oder nur mit einem Holzlöffel mischen und in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform gleichmäßig verteilen  
Im vorgeheizten Backofen (180°) ca. 1 Stunde backen.  
Aus der Form nehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen

**Das Brot im Kühlschrank offen aufbewahren.**

