

ERWIN'S FRUECHTEBROT

Zutaten: 600 g Bauernmehl,
1 Päckli Backpulver,
180 g Rohrzucker,
1 gehäufter Esslöffel Lebkuchengewürz

diese Zutaten gut mischen,

dann folgende Früchte und Nüsse begeben:

300 g Sultaninen,
400 g gedörnte Aprikosen halbiert, wenn möglich ungeschwefelt
500 g gedörnte Pflaumen halbiert,
400 g Datteln in Streifen geschnitten,
200 g Haselnüsse,
200 g Mandeln,
400 g Pinienkerne,
200 g Baumnüsse,
250 g getrocknete Bananen,
500 g Feigen

6.5 dl kalte Milch zugeben und alles gut vermischen.

Diese Masse in 2 Cake-Formen verteilen, Formen mit Backpapier auskleiden oder ausbuttern (Silikonformen ausbuttern).

Im vorgeheizten Backofen bei 180° mit Ober- und Unterhitze auf der untersten Rille 60 Minuten backen.

Das Brot bleibt im Kühlschrank gut 1 Woche frisch oder kann tiefgekühlt werden.

Ich schneide Schnitten à ca. 2 cm und gebe je 2 Stück in einen Gefrierbeutel

Die Silikon Backformen der Migros sind dazu sehr geeignet, diese obengenannte Mischung füllt 2 Formen perfekt.

Erwin und Monika im September 2017