



AWK mach fit Brot

50 % Roggenvoll 50% Weizenvollkornmehl

Sauerteig Sonnenblumenkerne

Leinsamen Sesam Hirse Haferflocken

Salz Hefe

Donnerstag

Haferkrustenbrot


60% Roggen 18% Weizenmehl

22 % Haferflocken

gesäuert mit Natursauer

Salz, Hefe

Freitag



Graubrot u. Landbrot

50 % Roggenmehl Type 997

50% Weizenmehl Type 1050

Sauerteig

Salz

Hefe

Täglich



Heidis Backstube

informiert!

Was ist drin

in meinem

Lieblingsbrot?



Hafertoast

70 % Weizenmehl Type 550

30 % Haferflocken

Salz

Hefe

Malzbackmittel

Samstag



Mehrkornbrot

50% Roggenmehl
50% Weizenmehl
Sonnenblumenkerne,
Hafer, Leinsamen,
Sesam, Hirse
Sauerteig
Salz
Hefe

Montag u. Donnerstag



Vollkornmischbrot

50% Roggvollkornmehl
50% Weizvollkornmehl
Sauerteig, Salz, Hefe
mit Hafer o. Kürbis
Sonnenblumenkernen
Donnerstag



Dinkel-Kornbrot

25% Roggenschrot
25% Roggenvokomehl
50% Dinkelvokomehl
Sauerteig
Salz
Hefe
Dienstag

Schwarzbrot

40% Roggvokoschrot
60% Roggenvokomehl
Sauerteig
Salz
Hefe
Mittwoch

Kastenroggenbrot oder Sauerteigbrot

100% Roggenmehl 997
Sauerteig
Salz

Mittwoch

Rogg. Vollkornbrot

100% Roggen-
Vollkornmehl
Sauerteig
Salz
Hefe

Freitag

Dinkel Toast

Dinkelvollkornmehl
Salz
Hefe
Malzbackmittel
Samstag



Bauernbrot

75% Roggenmehl 997
25% Weizenmehl 1050
Sauerteig-Salz-Hefe
m. Walnuss
Täglich

Schrotbrot

60% Roggenmehl 997
18% Weizenmehl 1050
22 % Roggenschrot
Sauerteig, Salz
Hefe

Freitag

Krustenbrot

50% Roggenmehl 997
50% Weizenmehl 1050
Sauerteig
Salz, Hefe
Täglich