

Früchtebrot - ungebacken

Gehaltvoll - fruchtig - ohne Getreide - glutenfrei - ohne Zucker - nicht gebacken - lange haltbar

Rezept von Simone

Zutaten:

zusammen 250g Sultaninen und getrocknete Feigen

Saft einer größeren Zitrone

150g klein geschnittene Trockenfrüchte (Datteln, Backpflaumen, Aprikosen... nach Lust und Laune)

50g frische Weinbeeren ganz

100g Walnüsse ganz

100g Haselnüsse ganz

100g Mandeln ganz

200g Mandeln fein gemahlen

Gewürze (Lebkuchengewürz, Zimt, Vanille, Spekulatiusgewürz...)

Sultaninen und Feigen fein zu Mus verarbeiten (Moulinette ...). Das ist das einzige Heikle am Rezept - Du brauchst eine gute Küchenmaschine oder Du kaufst Feigenmus... Die Fruchtmasse in eine größere Schüssel geben und mit dem Zitronensaft vermischen. Alle übrigen Zutaten dazugeben und gut verkneten. Die frischen Weinbeeren werden dabei zerdrückt. Die Masse zu zwei festen Laiben formen. Das Früchtebrot mit einem Geschirrtuch bedeckt ca. eine Woche an der Luft trocknen lassen, damit es sich gut schneiden lässt. Auch nach 2-3 Wochen ist es noch super lecker. So alt wird es aber nicht ;)

