



© le menu

## Früchtebrot

Früchtebrot mit Trockenfrüchten und Nüssen ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen und Ballaststoffen und eignet sich daher sowohl für den kleinen als auch den grossen Hunger zwischendurch. Besonders gut schmeckt es in Kombination mit einem Stück Käse.

Für 12 Stücke

Zubereiten: ca. 25 Minuten

Backen: ca. 50 Minuten

Ziehen lassen: 1–3 Tage

Für 1 Cakeform von 24–26 cm Länge

Backpapier für die Form

### Zutaten

- 500 g Dörrfrüchte, gemischt, z.B. Aprikosen, Pflaumen, Feigen, Cranberrys und Rosinen, grob geschnitten
- 100 g Haselnüsse
- 100 g Mandeln
- 1 dl Wasser, heiss
- 3 Eier, (M)
- 100 g Honig, flüssig
- 1/2 TL Salz
- 1/2 TL Zimtpulver
- 200 g Ruchmehl
- 1 TL Backpulver
- 

### Zubereiten

Dörrfrüchte bis und mit Wasser mischen. Eier bis und mit Zimt 2 Minuten mit dem Mixer aufschlagen. Mehl und Backpulver mischen. Dörrfrüchtemischung unterziehen, in die vorbereitete Form füllen.

### Backen

Im auf 180 °C (Heissluft-/Umluft) vorgeheizten Ofen 50 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. In Folie verpacken, an einem kühlen Ort 1–3 Tage ziehen lassen.

**Tipp**

Dazu passt Käse.

Gut eingepackt, lässt sich das Brot 8–10 Tage im Kühlschrank aufbewahren.

---

Rezept: [lemenu.ch](http://lemenu.ch)

Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>