

Einkaufsliste

Bitte wählen Sie die Einkaufsliste ihrem Kurs entsprechend.

Für das Schwarzbrot

1kg Roggenvollkornmehl

1kg Dinkelvollkornmehl

1kg Roggenschrot mittlere Mahlstufe

1kg 4 Korn Körnermischung (Roggen Dinkel Hafer Weizen)

1 Päckchen Leinsamen braun ganze Körner

1 Päckchen Buchweizen

1 Päckchen Sonnenblumenkörner

1 Päckchen Kürbiskerne

Die Zutaten bekommt man am besten bei DM

Roggenschrot und die 4 Kornmischung bekommt man in Nortorf bei dem Laden (am sogenannten Roten Platz) schräg gegenüber von Rossmann die Verkaufen auch Biologische Sachen.

Den Sauerteigansatz bringe ich mit, dafür müssen sie mir eine geringe Gebühr zahlen.

Für das Mischbrot

1kg Dinkelmehl Typ 1050

1kg Weizenmehl Typ 550

Hefe trocken oder frisch

Zucker und Salz

Römertopf

Den Sauerteigansatz bringe ich mit, dafür müssen sie mir eine geringe Gebühr zahlen.