

## Benny Blu Steinzeit-Brot

Benny Blu zeigt dir, wie du mit deinen Eltern ein leckeres Steinzeit-Brot backen kannst!



### Zutaten:

- 300 g Vollkornmehl
- 1 Ei
- 1 Esslöffel Honig
- 1 Teelöffel Salz
- etwas Wasser



### Und so geht's:

- ① Wiege 300 Gramm Mehl ab und fülle es in eine Schüssel.
- ② Gib 1 Esslöffel Honig, ein wenig Salz und 1 Ei dazu. Gieße danach etwas Wasser hinein. Knete dann einen zähen Teig. Anschließend formst du ein Brot und legst es auf ein Backblech.
- ③ Backe das Brot etwa 30 bis 40 Minuten lang bei 200 Grad im Backofen. Lasse es anschließend abkühlen. Danach kannst du dir ein Brot schmecken lassen, wie es die Menschen in der Steinzeit gegessen haben. Guten Appetit!

