

## Backmalz

200 g

### Getreidekörner

(unbehandelt)..... in den „Siebserverier“ von Tupperware geben.

Mit

**Wasser** ..... auffüllen, bis die Körner bedeckt sind und **12 Stunden** stehen lassen. Anschließend das Wasser entfernen und weitere **12 Stunden** ruhen lassen.

Danach mit

**Wasser** ..... gut durchspülen und wieder **12 Stunden** ruhen lassen.

Erneut mit

**Wasser** ..... durchspülen und noch einmal **12 Stunden** stehen lassen.

Nach den 48 Stunden müssten nun klitzekleine Keime sichtbar sein und das Getreide ist nun zur weiteren Verarbeitung bereit.

Die Körner auf ein gelöchertes Backblech geben und zunächst bei 170° Ober-/Unterhitze ca. 10 Minuten, dann bei 150° Ober-/Unterhitze weitere ca. 20 Minuten rösten.

Gut Abkühlen lassen und danach im Mixtopf ca. 1 Minute / Stufe 10 fein mahlen.

### Anmerkungen:

- Dies ist eine preiswerte Alternative zu fertigem Backmalz.
- Selbstverständlich können Sie die Körner auch auf einem „normalen“ Backblech (ohne Löcher) rösten.

