

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Deutschland
Einfach freundlich



www.germany.travel

RHEINISCHES SCHWARZ BROT

Im äußersten Westen Deutschlands schätzt man das Rheinische Schwarzbrot. Das gesunde dunkle Roggenschrotbrot ist nahrhaft und reich an Ballaststoffen. Wunderbar saftig schmeckt es sowohl mit herzhaftem als auch süßem Belag.

ZUTATEN

- 125 g Roggenflocken
- 125 g Roggenschrot
- 200 g Weizenvollkornmehl
- 50 g Roggensauerteig, trocken
- 75 g Sonnenblumenkerne
- 10 g Hefe, frische
- 2 TL Salz
- 2 EL Apfelkraut oder Rübekraut, gehäuft
- 350 ml Wasser

SO GEHT'S:

1.

Dieses Rezept für das Rheinische Schwarzbrot ist kinderleicht: Einfach alle Zutaten miteinander mischen und den Teig 2 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen.

2.

Die Masse in eine Form geben und den Backofen auf 250° C vorheizen.

3.

Zunächst 20 Minuten auf der untersten Schiene bei 250° C backen. Danach die Temperatur auf 200° C verringern und das Brot weitere 40 Minuten im Ofen lassen.

Tipp: Decke das Brot nach dem Backen direkt mit einem nassen Handtuch zu und nimm es erst nach dem Abkühlen aus der Form.

MAINZ

STADT MIT LEBENSLUST

1. TIPP:

Die Stadt Mainz, direkt am Fluss Rhein gelegen, ist ein Geheimtipp unter Deutschlands Großstädten. Warum? Die Mainzer wissen einfach, wie man sich das Leben schön macht. Viele Cafés, Restaurants und Bars zieren das Stadtbild und im Sommer verbringen die Mainzer gerne Zeit am Rheinufer. Und die 2.000-jährige Geschichte der Stadt, die bis in das Römische Reich zurückreicht, ist noch immer sichtbar.



BURG ELTZ

2. TIPP:

Hoch auf einem Felsen, umgeben von tiefgrünen Wäldern mit Blick in die weite Ebene thront die sehr gut erhaltene Burg Eltz. Das grandiose Bauwerk, das an ein Märchenschloss erinnert, stammt aus dem 12. Jahrhundert und ist Hort zahlreicher Mythen und Legenden.



WEINREGION MOSEL

3. TIPP:

Die Gegend rund um den Fluss Mosel ist die älteste Weinregion Deutschlands. Die steilen Hänge rechts und links der Mosel sind dicht mit Reben bepflanzt und geben der Landschaft einen einzigartig romantischen Charme. Weltberühmte Spitzenweine, kulinarische High Cuisine und exzellente Wander- und Radwege sind hier zu finden.



Bildnachweise von oben nach unten:
© DZT/Christof Herdt; © DZT/Florian Trykowski;
© Deutsches Weininstitut GmbH (DWI)

Herausgeber:

Deutsche Zentrale für Tourismus e.V. (DZT)
Beethovenstraße 69
60325 Frankfurt/Main

www.germany.travel

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Deutschland
Das Reiseland

