

Zmorge-Glück Brötli – langgeführt

Geheimrezept



Vor- und Zubereitung: 20 min
Stockgare Raumtemp.: 12 h
Backen: ca. 25 min

Zutaten für ca. 12 Brötli

110 g	Bio Roggenmehl dunkel
120 g	Ruchmehl (oder 400g Halbweissmehl)
250 g	Weissmehl
50 g	Sonnenblumenkerne
210 g	Wasser
200 g	Vollmilch
10 g	Honig
1 g	Frisch-Hefe
12 g	Salz

Zur Verzierung Sonnenblumenkerne
oder Schrot.



Zubereitung mit Knetmaschine

Alle Zutaten in der Knetmaschine 3 - 5 min auf kleiner Stufe kneten. Danach die Knetgeschwindigkeit erhöhen und 8 – 10 min weiter kneten, bis der Fenstertest gut klappt (siehe Tipp Fenstertest).

Stockgare

Den Teig sanft und rund formen, flach drücken und in ein gefettetes Becken legen. Mit einer Folie oder einem Gärtuch bedecken und für 12 Stunden bei Raumtemperatur gären lassen. Optimalerweise 2 – 3x aufziehen (siehe Tipp).

Aufarbeiten

Mit dem Teighorn Brötchen in der gewünschten Grösse abstechen (ca. 70-90g) und Ecken unten etwas zusammendrücken, damit es eine leichte Spannung gibt. Wenn gewünscht in Sonnenblumenkernen oder in Schrot tunken.

Backen

Backofen mit Ober- und Unterhitze auf 210°C vorheizen, Dampf vorbereiten (siehe Tipp), leeres Blech mit vorheizen (Brötchen kommen darauf).

Brötchen vorsichtig auf das heisse Blech legen und backen. Dampf geben und diesen nach 15 Minuten ablassen (Ofentür öffnen) und weitere ca. 10 Minuten knusprig backen.

Gutes Gelingen!

Noch mehr tolle Geheimrezepte oder Mehle finden Sie unter:
lindmuehle.ch/freizeitbackshop oder dem QR-Code.

