Zmorge-Glück
Brötchen - langgeführt

LINDMÜHLE
Edles aus der Ähre

Geheimrezept



Zubereitung	Stockgare	Backen
20 min	12 h	45 min

Lindmühle – Mehl aus der Mühle in Birmenstorf –
für mehr Mehle, Rezepte und Geheimtipps.

lindmuehle_freizeitbackshop

Zmorge-Glück Brötchen langgeführt

Geheimrezept

LINDMÜHLE
Edles aus der Ähre

Zutaten für 12 Brötchen

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

Zur Verzierung Sonnenblumenkerne oder UrDinkelschort fein

Schrot

Schrot ist zerkleinertes Getreide mit viel Schalenteilen und Ballaststoffen, wenig Mehlanteil.

Gutes Gelingen!



Zubereitung

Alle Zutaten in der Knetmaschine 3 - 5 min auf kleiner Stufe kneten. Danach die Knetgeschwindigkeit erhöhen und 8 – 10 min weiter kneten bis der Teig geschmeidig ist. Solange kneten, bis der Fenstertest gut funktioniert.



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), dann die Ecken unten etwas zusammendrücken, damit es eine leichte Spannung gibt. Wenn gewünscht in Sonnenblumenkernen oder in Schrot tunken und einschneiden oder aufreissen lassen.



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.

Tipp:

Das Roggenmehl in diesem Rezept gibt ein feiner Geschmack. Der Teig ist wegen dem Roggen etwas weniger dehnbar.

