

Dinkelbrötchen (ergibt genau 10 Brötchen mit je 80 g)



Das brauchst du:

250 g Weizenmehl Typ 1050

250 g Dinkel-Vollkornmehl

1 Würfel frische Hefe

½ Teelöffel Zucker

2 Teelöffel Salz

300 ml warmes Wasser

Etwas neutrales Speiseöl

So machst du's richtig:

- 1.) Mische das Weizenmehl und das Dinkelmehl in einer Schüssel zusammen.
- 2.) Mach in die Mitte des Mehls eine Mulde.
- 3.) Bröckle die Hefe dort hinein.
- 4.) Gib ein wenig von dem Wasser auf die Hefe, so dass sie ziemlich bedeckt ist.
- 5.) Gib den Zucker auf die Hefe (so hat die Hefe „Nahrung“).
- 6.) Warte etwa 15 Minuten, bis die Hefe Blasen gebildet hat. Jetzt hast du einen Vorteig, ein so genanntes „Dampferl“ hergestellt.
- 7.) Gib nun das Öl und das restliche Wasser dazu und knete alles mit den Händen zu einem geschmeidigen Teig.
- 8.) Gib nun (und zwar erst jetzt!) das Salz dazu und mische den Teig nochmals.
- 9.) Lass den Teig an einem warmen Ort zugedeckt etwa eine halbe Stunde gehen.
- 10.) Heize den Backofen auf 225 Grad Oberhitze/Unterhitze vor.
- 11.) Forme nun Brötchen, die 80 g wiegen sollten und lege sie auf ein Backblech, das du zuvor mit Backpapier ausgelegt hast.
- 12.) Bestreiche die Brötchen mithilfe eines Pinsels mit warmem Wasser.
- 13.) Jetzt kannst du die Brötchen mit Körnern belegen oder auch natura lassen.
- 14.) Backe die Brötchen auf mittlerer Schiene für 25 Minuten.