

# Vollkornbrötchen



Rezept für 10 Portionen  
Dauer: ca. 130 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Sesam	Etwas / nach Bedarf
Dinkelmehl / gemahlener Dinkel	¼ kg
Roggenmehl	¼ kg
Bienenhonig	½ Teelöffel
Butter	10 g
Salz	10 g
Leitungswasser / Stilles Wasser	50 ml
Buttermilch	250 ml
Hefe / Germ frisch	½ Stk.
Gemahlener Koriander (Samen)	Etwas / nach Bedarf
Geriebene Anissaat	Etwas / nach Bedarf
Kümmelpulver	Etwas / nach Bedarf

## Zubereitung:

Die Buttermilch in einem Topf oder in der Mikrowelle anwärmen.

Das Roggen- und Dinkelmehl in eine Schüssel geben und eine Mulde drücken.

Etwas Buttermilch und den Honig in die Mulde geben, den Germ darin auflösen und mit etwas Mehl vermischen, sodass ein Vorteig in der Mulde entsteht.

Schüssel abdecken und an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.

Salz und Brotgewürz (Kümmel, Anis, Koriander od. fertige Mischung) um die Mulde streuen.

Die restliche Buttermilch (warm) zugeben und den Vorteig mit dem Mehl zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Den Teig abgedeckt in der Schüssel weitere 20 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Dann den Teig in 10-15 Teile teilen, schleifen (Kugeln rollen) und abdecken.

Aus den Kugeln Gebäckstücke formen. (Siehe Anleitung auf den Fotos) Diese nochmals 20 Minuten abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.

In der Zwischenzeit das Backrohr auf 250 Grad vorheizen und die 50 ml Wasser in einer feuerfesten Form in den Ofen geben.

Vor dem Backen müssen die Teigteile mit Wasser bepinselt und mit Sesam, Mohn oder grobem Salz bestreut werden.

Die Brötchen bei 250 Grad etwa 10 Minuten anbacken, bis sie eine schöne Bräune haben. Dann die

Ofentür kurz öffnen und den Dampf ablassen. Im Anschluss wird die Temperatur auf 200 Grad reduziert. Die Brötchen noch etwa 10-15 Minuten backen.

Tipp: Sie sind fertig, wenn sie beim Klopfen an die Unterseite hohl klingen.

Schmecken sehr gut zum Frühstück oder zur Jause!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1821-Vollkornbroetchen.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)