



Leckere Rezeptidee

Mehrkornbrötchen

Zutaten für 20 Brötchen:

300 g Dinkelvollkornmehl	550 ml lauwarmes Wasser
200 g Dinkelmehl Typ 630	3 TL Meersalz
120 g Kartoffelflocken	1 EL Olivenöl
120g 5-Saatmischung	
1 Würfel Hefe (42 g)	Außerdem: Fett für das Blech

Zubereitung:

Für den Teig die Mehlsorten in einer Schüssel mit Samen und Kernen vermischen. Die Hefe im Wasser auflösen und mit Salz und Öl in die Mehlmischung gießen. Alles zunächst mit einem Löffel verrühren, dann mit den Händen oder einer Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten. Der Teig darf noch feucht sein, denn Vollkornmehl nimmt beim Gehen noch viel Wasser auf. Die Schüssel mit einem Tuch abdecken und den Teig bei Zimmertemperatur etwa 60 min gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.

Anschließend den Teig in 20 Portionen teilen und die Brötchen daraus formen. Die Brötchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und nochmals 30 min gehen lassen.

Nach Belieben mit Samen und Kernen bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C etwa 30 min backen, Heißluft auf 175 °C.



*Viel Erfolg beim Backen
... wünscht Ihre Winkler-Mühle!*

Winkler Mühle • Dorfstraße 1 • 91189 Gustenfelden
Telefon 09122 831855 • Fax 09122 831857 • laden@winkler-muehle.de
www.winkler-muehle.de