

Müslibrötchen

- Freitag, August 16, 2013

<https://ketex.de/blog/muslibrotchen/>

Als ich vor einiger Zeit das Müslibrot im Backring vorgestellt habe, kam sehr schnell die Anfrage, ob man den Teig nicht auch als Brötchen backen könnte. Hier ist also das Rezept für 9 Brötchen à 110 g Teiggewicht. Der Teig lässt sich sehr gut verarbeiten. Man kann als Belag sehr gut Käse, Marmelade und auch Wurst, die nicht so kräftig ist, nehmen. Natürlich schmeckt Nußnougatcreme ganz hervorragend darauf.

Viel Spaß beim Nachbacken!

1. Sauerteig

- 75 g [Roggenmehl 1150](#)
- 60 g Wasser
- 8 g [Roggenanstellgut](#)

Alles gut verrühren und 16-18 Stunden bei Raumtemperatur abgedeckt reifen lassen. Besser wäre eine Temperatur von 26°.

2. Quellstück

- 75 g Dinkelflocken
- 75 g [kernige Haferflocken](#)
- 225 g warmes Wasser (ca. 60°)

Die Flocken mit dem warmen Wasser übergießen und mindestens 2 Stunden quellen lassen.

3. Früchte/Körnermischung

- 20 g Rosinen
- 20 g Cranberries
- 25 g ganze Haselnüsse (geröstet)
- 25 g [Sonnenblumenkerne](#) (geröstet)
- 5 g Leinsamen
- 5 g Sesam (geröstet)

4. Hauptteig

- Sauerteig
- Quellstück
- 250 g [Weizenmehl 550](#)

- 15 g Honig
- 10 g Frischhefe
- 10 g Salz
- 65 g Wasser
- Früchte/Körnermischung
- Sesam, Leinsamen und [Dinkelflocken](#) (zum Wälzen)

[Zubereitung](#)

Zubereitung

5. Zubereitung

Alle Zutaten außer der Früchte/Körnermischung 5-7 Minuten in der [Küchenmaschine](#) kneten. Am Schluß des Knetvorgangs die Früchte/Körnermischung zugeben und noch 2 Minuten kneten. Danach schließt sich eine Teigruhe von 20 Minuten an.

Anschließend sticht man Teiglinge à 110 g ab und formt sie rund. Dann werden sie lang geformt, mit Wasser abgestrichen und in eine Mischung aus Sesam, Leinsamen und Dinkelflocken gewälzt.

Anschließend werden sie eingeschnitten und mit dem Schnitt nach unten vorsichtig in [Leinentücher](#) zur Gare (ca. 60 Minuten) gelegt.

Den Ofen in der Zwischenzeit auf 230° aufheizen. Nach der Gare die Brötchen wenden, auf ein Backblech legen und mit viel Dampf einschießen. Die Backzeit beträgt ca. 16-18 Minuten.
