



Getreide

Jausenbrötchen



Bevor du beginnst, wasche dir bitte gründlich die Hände!



Viel Freude beim Nachkochen!

Du brauchst für 30 Brötchen

- 600 g lauwarmes Wasser
- 450 g Weizenmehl 700
- 300g Weizenvollkornmehl
- 250 g Roggenmehl
- 20 g Backmalz
- 15 g Salz
- 20 g Germ (1/2 Würfel)



So geht's

1. Berechne aus den angegebenen Zutaten einen Germteig zu und lass ihn anschließend ca. 15 Minuten zugedeckt rasten.
2. Teile nun den Teig in 30 Portionen (ca. 55 g Stücke) auf und forme Kugeln daraus.
3. Die Kugeln sollten etwas flach gedrückt werden, dann mit Wasser besprüht und eventuell mit Roggenmehl bestäubt werden oder mit Sonnenblumenkerne, Leinsamen oder Kürbiskernen bestreut werden.
4. Lass nun die Brötchen 5 min rasten und back sie dann bei 210 Grad im vorgeheizten Backofen ca. 20 min.

