

Sauerteigbrötchen

Zutaten

250g Vollkornmehl
250g Roggenschrotmehl
10g Hefe
1 TL Zucker
1 dl Wasser, lauwarm

1 ½ TL Salz
40g Sauerteigpulver (2 Beutel)
1 ½ dl Wasser, lauwarm
1 TL Kümmel
1 TL Bockshornklee

Zubereitung

Mehlsorten in einer Schüssel vermischen, eine Mulde eindrücken.

Hefe, Zucker und Wasser in der Mulde zu einem dünnen Brei anrühren, mit wenig Mehl bestreuen. Stehen lassen, bis der Brei schäumt.

Salz, Sauerteigpulver und Wasser begeben, zu einem festen, glatten Teig kneten. Kümmel und Bockshornklee gegen Ende ebenfalls unter den Teig kneten.

Zugedeckt 2 Stunden gehen lassen.

Teig in 8 Stück teilen und zu kleinen Brötchen formen. Diese nochmals 45-60 Min. aufgehen lassen.

Backen: 10 Min. bei 210°C (Umluft) im vorgeheizten Ofen. Hitze auf 160°C reduzieren und ca. 15 Min. fertigbacken.