

Genießen

Christina Speißer-Eberhardinger

Donnerstag, 15.02.2024

Müslibrötchen

Für 20 Stück

Zutaten:

Für das Quellstück:

70 g getrocknete Aprikosen
120 g Dinkelflocken
85 g Cranberrys, getrocknet
370 g Wasser

Für den Teig:

670 g Wasser
1 kg feines Dinkelvollkornmehl
30 g Salz
20 g flüssiger Honig
20 g Margarine oder Butter
20 g Quark
35 g Hefe

Für die Dekoration:

Gemahlene oder gehackte Mandeln
Amaranth
Dinkelflocken
Oder was man so zur Bestreuung
zu Hause hat

Außerdem:

Schüssel oder Wanne, die in den
Kühlschrank passt
2 Backbleche
Backpapier
Teigkarte



Zubereitung

1. **Für das Quellstück** die Aprikosen nicht zu fein hacken.
2. Dinkelflocken, Aprikosen und Cranberrys in eine Schüssel geben. 370 ml Wasser zugeben und etwa 1 Stunde quellen lassen.
- Christinas Tipp** : Die Früchte und Flocken nehmen das Wasser auf und das sorgt für bessere Frischhaltung/ Saftigkeit.
3. **Für den Teig** Wasser und Dinkelmehl in eine Schüssel geben und auf niedrigster Stufe mit den Knethaken des Handrührers oder in der Küchenmaschine 2 Minuten mischen und abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.
- Christinas Tipp:** Hierdurch bekommt man ein stärkeres Klebergerüst und die Knetzeit verringert sich.
4. Salz, Honig, Margarine, Quark und Hefe zugeben, auf niedrigster Stufe untermischen.
5. Teig auf 2. Stufe 6 Minuten kneten.
6. Früchte-Flockenmischung zugeben und weitere 2 Minuten unterkneten.
7. Teig in eine geölte Schüssel geben und abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.
8. Den Teig falten: Hierfür nimmt man mit nassen Händen den Teigrand in der Schüssel und legt ihn rundum zur Mitte, um Spannung aufzubauen.
9. Teig weitere 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

10. Teig ein weiteres Mal falten und über Nacht abgedeckt kaltstellen, je nach Kühlschranktemperatur muss man es nochmal wiederholen, damit er nicht den Kühlschrank sprengt

11. Am Backtag 2 Bleche mit Backpapier auslegen. Backofen auf 230°C Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

12. Dekoration jeweils auf einen Teller geben.

13. Den Teig eine halbe Stunde vor dem Aufarbeiten aus dem Kühlschrank nehmen, an den Schüsselrändern mit einer Teigkarte lockern und vorsichtig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche stürzen und mit einer Teigkarte, einem Schaber oder Spachtel oder der Hand längliche Stücke abstechen.

14. Teigstücke in die gewünschte Dekoration tauchen, auf ein vorbereitetes Blech setzen, 10 bis 15 Minuten gehen lassen und nacheinander im heißen Backofen in der Ofenmitte 20-25 Minuten mit Dampf, wenn möglich, backen.

Christinas Tipp: Die Brötchen sind eher weich aber durch sehr heißes anbacken (Ofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen) kann man sie knusprig bekommen. Die Ofenhitze sobald die Brötchen im Ofen sind auf 230 Grad reduzieren.