

Vollkorn-Burgerbrötchen



ZUTATEN:

(für 8 Brötchen)

- 3 EL lauwarme Milch
- 1 EL Honig
- 2 TL Trockenhefe
- 230 lauwarmes Wasser
- 180g Dinkelvollkornmehl
- 120g Roggenvollkornmehl
- 2 EL geschr. Leinsamen (+ etw. Wasser)
- 1,5 TL Salz
- 30g weiche Butter
- Körner (zum Bestreuen)

SCHRITTE:

- 1) Milch (leicht erwärmt) mit Honig und Trockenhefe in einer Rührschüssel verrühren und ca. 10 Minuten gehen lassen.
- 2) Geschrotete Leinsamen mit 2-3 EL Wasser vermischen und kurz quellen lassen, Mehl und Salz in einer separaten Schüssel vermengen.
- 3) Lauwarmes Wasser und Mehlgemisch zum Vorteig in die Rührschüssel geben und mit einem Knethacken oder Küchenmaschine ca. 10 Minuten zu einem homogenen Teig kneten.
- 4) Weiche Butter dazu geben und weitere 2-3 Minuten kneten.
- 5) Den Teig abdecken und ca. 2 Stunden gehen lassen.
- 6) Nach der Gehzeit den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu 8 gleichgroßen Brötchen formen.
- 7) Je 4 Brötchen in Abständen auf ein mit Backpapier belegtes Blech/Rost legen, abdecken und nochmal 10 Minuten gehen lassen.
- 8) Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.
- 9) Brötchen mit etwas Wasser/Milch bepinseln und mit Körnern bestreuen, anschließend in den Ofen schieben und für ca. 15 Minuten backen.
- 10) Nach kurzem Abkühlen die Burgerbrötchen nach Belieben belegen und genießen. ☺

GEHEIMTIPPS:

- Für vegane Burgerbrötchen können ganz einfach pflanzliche Milch und Butter verwendet werden.
- Die Brötchen lassen sich wunderbar einfrieren und bei der nächsten „Burger-Party“ auftauen bzw. kurz aufbacken.

**Unser
Club.de**

