

Grieß-Sultaninen-Brötchen 25.11.2023



Vorteig: 100 g Wasser lauwarm, darin 8 g Zucker und anschließend 1 Päckchen Trockenhefe auflösen. 50 g Weizenmehl einrühren und die Mischung 60 Minuten gehen lassen.

Zutaten:

Vorteig

50 g Dinkelvollkornmehl

200 g Weizenmehl

150 g Weichweizengrieß (stattdessen wird oft Hartweizengrieß verwendet, das hatte ich aber nicht)

200 g Milch lauwarm

15 g Zucker

5 g Salz

23 g Rapsöl

75 g Kürbiskerne

25 g Sonnenblumenkerne

100 g Sultaninen, für eine Stunde in lauwarmem Wasser einweichen und das Wasser wegschütten

Weißer Sesam und Sonnenblumenkerne um die Brötchen zu dekorieren

Alle Zutaten mit dem Handrührgerät zu einem Teig verarbeiten. Den Teig in der Schüssel belassen. Zwischendurch mit dem Teigschaber mal durchfalten.

Stockgare: 1,5 – 2 Stunden.

Stückgare: Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit dem Teigschaber Brötchen daraus formen. Die Oberseite kurz ins Wasser tauchen und in den Sesam und/oder Sonnenblumenkerne wälzen. Unter Frischhaltefolie $\frac{3}{4}$ Stunde gehen lassen.

Backen: Backofen auf 240° vorheizen, Schüssel mit Wasser in den Ofen stellen. Ofenblech in die Mitte des Backofens schieben, Oben- und Unterhitze einstellen. Backzeit **27 Min**, nach 10 Min Wasser raus und auf 200° zurückdrehen.

Teigmasse: 1050 g (alles inbegriffen). Nach dem Backen waren die Brötchen zusammen etwa 920 g.