

Vollkorn Brötchen von Anette

Für ca. 15 Brötchen brauchst du...

- ¼ Päckchen **Hefe**
- ½ Liter kaltes **Wasser**
- 2 Teelöffel **grobes Salz**
- 1 Esslöffel **Honig**
- 300 gr. **Dinkel-Mehl**
- 300 gr. **Weissmehl** oder **italienisches Mehl**
- 150 gr. ganze **Weizenkörner** (wahlweise **Sonnenblumenkerne** etc.)

Am Abend vor dem Backen:

Hefe mit Honig und Salz in Wasser auflösen, beide Mehlsorten zusammen mischen, alles zusammenrühren und zu Teig kneten, bis der Teig lange Fäden zieht.

Mit Klarsichtfolie zudecken und in den Kühlschrank stellen.

Weizenkörner mit kochendem Wasser übergießen und bis nächsten Tag stehen lassen (Sonnenblumenkerne können direkt am nächsten Tag beigemischt werden).

Am nächsten Tag:

Weizenkörner vom Wasser absieben (evtl. Sonnenblumenkerne) und unter den Teig rühren.

Backofen auf 250°C aufheizen. In einer feuerfesten Schale Wasser auf dem Backofenboden platzieren.

2 Backbleche mit Backpapier vorbereiten und die ca. 15, aus dem Teig abgeteilten Brötchen auf den Backblechen verteilen.

Anschliessend im vorgeheizten Backofen ca. 20 Min. backen, bis sich die Brötchen beim klopfen auf den Brötchenboden, hohl anhören.

...und jetzt genieße deine Brötchen zu einem Morgen-Kaffee oder einem Glas Wein. **Guten Appetit wünscht d'Anette!**