

Urkornbrötchen aNette

Zutaten

10g	Hefe
240ml	Wasser
350g	Dinkelmehl Typ 630
150g	Waldstaudenroggen Vollkornmehl
100g	Griechischer Joghurt od. Naturjoghurt 3,8%
2 TL	Salz
1 TL	Honig
1 TL	getrockneter Sauerteig (oder 2 EL ASG aus dem Kühlschrank)
2 EL	Balsamico, weiß



Zubereitung

- Wasser und Hefe in den Mixtopf geben. **2 Minuten** auf **Stufe 1** auf **37°C**
- alle weiteren Zutaten zugeben, **4 Minuten** auf **Teigstufe** kneten
- Teig in eine geölte Schüssel legen und von allen Seiten zusammenfalten
- bei Raumtemperatur **1,5 Stunden** gehen lassen
- nach jeweils **30 Minuten** den Teig mit nassen Händen dehnen und falten
- Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche kippen. In **8 Stücke á ca. 110g** teilen
- Jeweils rund formen und **10 Minuten** entspannen lassen
- auf bemehlter Fläche lang rollen
(etwas flach drücken und die obere Kante mit Spannung zur Mitte führen und fest drücken. Die neu entstandene obere Kante aufnehmen und ebenfalls mit Spannung zur unteren Kante führen und fest drücken. Mit bemehlten Händen lang rollen
- Oberfläche leicht befeuchten, mit Mehl bestäuben und auf ein Backblech legen
- **ca. 30 Minuten** bei Raumtemperatur gehen lassen
- Ofen auf **240°C (O/U)** aufheizen
- Brötchen mit einem scharfen Messer einschneiden
- Backblech in den Ofen schieben und mit einer Sprühflasche mehrere Pumpstöße Wasser in den Backraum spritzen

- Ofentür sofort schließen
- nach **10 Minuten** die Backofentüre öffnen und den Dampf entweichen lassen
- Temperatur auf **210°C** reduzieren und weitere **12 - 15 Minuten** fertig backen
- Auf einem Gitterrost abkühlen lassen und genießen

Tipp - kalte Gare im Kühlschrank

reduziere die Hefe auf 5 g. Lass den Teig nur 30 Minuten bei Raumtemperatur in einer Schüssel gehen. Decke den Teig ab und stelle ihn für 12 - 18 Stunden in den Kühlschrank. Dort geht er ganz langsam auf und entfaltet noch mehr Aroma. Am nächsten Tag den Teig 30 Minuten akklimatisieren lassen. Brötchen wie oben beschrieben formen, gehen lassen und backen