Dinkel-Möhren-Brötchen

Diese fluffigen Brötchen sind sehr zu empfehlen. Schnell gemacht, saftig durch einen Anteil frischem Gemüse und rucki zucki im Backofen….

Zutaten:

100 g Dinkel

100 g Möhre, in Stücken

400 g Mehl

200 g lauwarmes Wasser

40 g Öl

1 TL Salz

1 Pr. Zucker

1 Würfel Hefe

Zubereitung:

1. Den Dinkel **30 Sek./Stufe 10** mahlen
2. Die Möhre und das restliche Mehl zuwiegen, dann weitere **10 Sek./Stufe 8** mixen.
3. Die restlichen Zutaten zufügen und alles zusammen **2 Min./Teigstufe** verkneten.
4. Anschließend Teig entnehmen, zu einer langen Rolle formen, mit dem Spaten 10-12 Teilstücke abtrennen, mit Wasser besprühen und **10 Min./50 Grad Ober-/Unterhitze**, dann **25 Min./200 Grad Ober-Unterhitze** zu Ende backen.

5. Anschließend wieder mit Wasser besprühen und mit einem Geschirrtuch 5 Min. bedeckt abkühlen lassen.

Rina’s Tipps:

Anstelle von Möhre auch Paprika, Zucchini, Kräuter o. ä. nehmen. Den Teig im Voraus herstellen und 2-3 Tage im Kühlschrank bevorraten. Aus diesem Teig 2-3 Baguettestangen formen oder in eine Kastenform füllen und als Brot backen. Hierbei verlängert sich die Backzeit um ca. 15 Min.

Mit kulinarischen Grüßen,***Kochstudio Wilken – Rina’s Genusswelt***Service – Vermittlung – Kochevents „Rührst du noch oder mixt du schon?“Lehmweg 6 * 26409 Wittmund (Leerhafe/Hovel) Email: info@kochstudio-wilken.deHomepage: www.genusswelt-wilken.de