

Gewürz-Dinkelbrötchen mit Zucchini

Brötchen gehen immer – frisch gebacken ohne Zusatzstoffe, ganz natürlich... Frisch gemahlenes Getreide, etwas Gemüse und schon entsteht in Kürze ein leckerer Teig. Auch auf Vorrat lässt er sich schon abends vorher vorbereiten. Den gekneteten Teig dann in eine Schüssel mit Deckel füllen und ab in den Kühlschrank. Das Highlight ist die „Gewürzte Freiheit“ von NaturGewinn Anke Dahm.

150 g Dinkel **30 Sek./Stufe 10** mahlen

100 g Zucchini

350 g Dinkelmehl 630 ... **5 Sek./Stufe 8** vermischen.

40 g Rapsöl mit 1 TL „Gewürzte Freiheit“ (freiwillig) vermengen und in den Mixtopf geben.

1 Pri Zucker

190 g warmes Wasser

1/2 Würfel Hefe **3 Min./Teigknetstufe** vermengen.

Aus dem Teig 12 Teiglinge abstechen und aufs Backpapier oder einem Stoneware Stein legen. Mit Wasser besprühen, ggf. in Körner tunken und für 10 Min./50°/Ober-/Unterhitze in den Ofen, 2t unterste Schiene. Danach 20 Min./200° weiterbacken. Nach Ende der Backzeit nochmals mit Wasser besprühen und mit einem Handtuch bedeckt auskühlen lassen.

Gutes Gelingen wünscht Rina Wilken www.genusswelt-wilken.de