



Burgis Kornspitzstangerl

★★★★★

Brötchen

Vorbereitungszeit: 2 Std., 20 Min. **Kochzeit:** 30 Min. **Gesamtzeit:** 2 Std., 50 Min.

Schwierigkeitsgrad: Leicht **Portionen:** 4 portion(en) **Quelle:** malteotten.de

ZUTATEN

500 g Weizenmehl, Vollkorn, feines
(Kleie leicht ausgesiebt)

4 g Backmalz, optional

300 g Naturjoghurt, eher kühl

100 ml Wasser, lauwarmes, ca. nach
Mehlbeschaffenheit

1 EL Essig

2 EL Öl, neutral

15 g Hefe, frisch

14 g Salz

1 TL Honig ODER:

8 g Zucker

½ TL Fenchelsamen, gemahlen

½ TL Kümmelpulver

50 g Sonnenblumenkerne, geschrotet

30 g Leinsamen oder Sesam (grob
geschrotet)

ZUBEREITUNG

Hefe im lauwarmen Wasser mit dem Honig auflösen und in die Mitte ins Mehl, dieses evtl. mit Backmalz vermischt, gießen, mit Mehl bestäuben und 15 Min. aufgehen lassen.

Dann mit den restlichen Zutaten (außer den Saaten) vermischen. Teig gut im Langsamgang der Maschine kneten, bis der Teig schön plastisch wirkt. Feucht zugedeckt zirka 40 Minuten rasten lassen. (Sollte der Teig da noch nicht gut aufgegangen sein, noch mal gut zusammenstoßen und erneut 30 Min. aufgehen lassen)

Dann kräftig durchkneten, einen Laib formen, diesen dann vierteln und noch mal diese Teile teilen. Nach 5 Min. Rastzeit zu glatten Kugeln schleifen und dann zu Strängen rollen, dabei an den Enden dünner werden. Nun gut mit Wasser besprühen und die Oberseite in die Saaten drücken.

Erneut zugedeckt 30 Min. rasten lassen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 230°C anbacken, nach zehn Minuten auf 190°C reduzieren und zirka 25-30 Minuten gut braun fertig backen.

Tipp: Natur-Joghurt kann auch durch Naturmolke, Kefir oder Buttermilch ersetzt werden.

4 g Backmalz unter das Mehl gemischt, machen dieses Gebäck etwas fluffiger; ich hab darauf verzichtet, rate dennoch nicht ab!