

Tanjas rustikale Brötchen

Der Beitrag enthält Werbung für Tanjas glutenfrei.

Die saftig-weichen Brötchen erinnern an mischbrot-ähnliche Brötchen aus glutenhaltiger Zeit! Rasch zubereitet – ohne Aufgehzeit!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, optional milch- und hefefrei, eifrei, fruktosearm siehe Tipp



Für 10 Brötchen

400g Backmischung [„Mein liebstes Brot – RUSTIKAL“](#) von *Tanjas glutenfrei*

1,5 TL Salz

1 Prise Zucker

$\frac{1}{2}$ Würfel Frischhefe ODER 1 P. Trockenhefe

335g lauwarmes Wasser

65g Joghurt (ggf. laktosefrei) oder eine pflanzliche Joghurtalternative

1 EL glutenfreier Essig

glutenfreies Mehl zum Formen

1. Backofen vorheizen: Ober- u. Unterhitze 260 Grad ODER Umluft 240 Grad. Hinweis: Die glutenfreien Brötchen werden schöner, wenn sie bei Umluft gebacken werden! Ein Backblech auf den Backofenboden stellen.

2. Mehl, Salz und Zucker in eine Rührschüssel geben.

3. Frisch- oder Trockenhefe im lauwarmen Wasser auflösen und mit Joghurt und Essig zum Mehlgemisch geben. Alles etwa 4 Minuten zu einem glatten Teig kneten.

4. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Teig leicht bemehlen, in 10 Stücke teilen und mit bemehlten Händen runde oder längliche (etwa 10cm lang) Teiglinge formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Ein scharfes Messer in Wasser tauchen und die Teiglinge etwa 1cm tief einschneiden. Runde Teiglinge kreuzförmig, längliche Teiglinge mittig entlang. Teiglinge mit Wasser bepinseln.

5. Das Backblech sofort auf mittlere Schiene in den Ofen einschieben und sogleich etwa 75ml Wasser in das Backblech auf den Backofenboden gießen. Achtung! Backofentüre SOFORT schließen, es entwickelt sich rasch ein Dampfstoß! Brötchen 10 Minuten backen. Anschließend die Temperatur auf 200 Grad (Ober- und Unterhitze) ODER 180 Grad (Umluft) reduzieren und weitere etwa 28 – 30 Minuten backen, bis die Brötchen schön goldbraun sind.

6. Brötchen aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und genießen!

Hefefrei – Tipp: Hefe weglassen. Ein Päckchen Backpulver zum Mehl mischen und nach Rezept verfahren. Das Wasser muss hierzu nicht lauwarm sein. Gerne darf kaltes Wasser eingesetzt werden.

Milchfrei – Tipp: Auf eine pflanzliche Joghurtalternative zurückgreifen. Zum Beispiel auf Cashew-, Lupinen-, Mandel- oder Sojabasis.

Fruktosearm – Tipp: Zucker durch Reissirup ersetzen. Essig durch verdünnte Essig-Essenz tauschen.

Foto links: geformte Teiglinge / Foto rechts: fertige Brötchen



