

Brötchenkrümel

der Zeller-Mühle Online-Shop für Hobbybäcker

Leinsamen-Sesam-Brötchen mit Chia

Heute haben wir wieder mal eine Brötchenrezeptur für Euch. Verwendet werden 90% Weizen (in Form von 550er Mehl) sowie 5% Dinkelvollkorn und 5% Emmervollkorn. Für die saftige Krume arbeiten wir mit Leinsamen und Chiasamen, geschmacklich abrunden tut der geröstete Sesam, das Sesamöl sowie das Malzextraktmehl, das für eine harmonische Süße sorgt.

Rezeptur

Hier folgend seht Ihr schon mal die Rezeptur. Zum Nachbacken solltet Ihr Euch jedoch die in beiliegende Excel-Tabelle herunterladen, denn darin könnt Ihr einfach ausrechnen lassen, welche Zutatenmengen ihr für Eure gewünschte Teigmenge benötigt.

Zutat	Menge	ME
Lievito madre TA150	300 g	
Anstellgut Weizen TA150	120 g	
Weizenmehl Type 550	300 g	
Wasser ca. 30° C	1 g	
Quellstück	565 g	
Dinkelflocken oder Dinkelmalzflocken	50 g	
Emmervollkornmehl oder -schrot	50 g	
Sesam geröstet	50 g	
Leinsamen geschrotet	50 g	
Chiasamen gemahlen	20 g	
Pfannensalz	25 g	
Wasser kalt	320 g	
Weizenmehl Type 550	640 g	
Universal-Back oder Dinkelkraft	15 g	
Malzextraktmehl	10 g	
Hefe	15 g	
Sesamöl	15 g	
Wasser	210 g	



Madre-Auffrischung:

Zutaten gut verkneten - Reifezeit: 3-4 Std. – ca. 24-28°C, der Ansatz sollte sich während dieser Zeit verdoppeln.

Quellstück:

Zutaten mit kaltem Wasser übergießen, über Nacht quellen lassen. Wenn es schnell gehen muss, reichen auch 3 Std.

Teigherstellung:

Alle Zutaten vermischen und verkneten.

Knetzeit: 8 Min. langsam

Teigtemperatur: 24-25°C wären optimal

Teigruhe: 20 Min.

Aufarbeitung:

Teig nach der Teigruhe 2x aufziehen/falten - 5 Min. entspannen lassen, anschließend ca. 90-100 g schwere Teigstücke abstechen, rundwirken, nochmals 5 Min. entspannen

Brotkrümel

der Zeller-Mühle Online-Shop für Hobbybäcker

lassen, dann ausformen nach Wunsch. (evtl. Oberfläche leicht befeuchten und in Chia-Leinsamen-Sesam-Mischung drücken). Mit der Oberseite nach unten auf ein leicht bemehltes Tuch legen und abdecken, damit sie nicht austrocknen.

Stückgare:

Ca. 40-50 Min., bis zur knapp vollen Gare, dann Teiglinge umdrehen, je nach Formgebung ggf. einschneiden. Einschnitte kurz öffnen lassen, mit Wasser besprühen und backen.

Backen:

Backofen mit Backblech vorheizen auf ca. 230-240°C. Teigling auf heißes Backblech legen, mit Wasser besprühen und mit Schwaden anbacken, nach ca. 15 Min. Schwaden ablassen (Ofentüre kurz öffnen). Wenn die Brötchen zu schnell dunkel werden, Temperatur reduzieren auf ca. 220°C.

Backzeit gesamt: ca. 20 Min. (für eine bessere Krustenbildung evtl. die letzten 5 Min. mit Umluft und leicht geöffneter Ofentür zu Ende backen.)



Erklärung zu Rohstoffe und Alternativen

- Der Lievito Madre (fermentierter Weizenvorteig) darf selbstverständlich gegen einen "normalen" Vorteig aus Weizen- oder auch Dinkelmehl ausgetauscht werden. Auch ist die Teigausbeute dann flexibel. Das wird dann bei der Schüttflüssigkeit des Hauptteigs mit berücksichtigt. Und wer ohne Vorteig backen möchte, rechnet Mehl und Wasser einfach in den Hauptteig (wobei die Verwendung eines Vorteigs schon technologische Vorteile bringt).
- Wer die Brötchen etwas kompakter haben möchte, darf gerne auch ein anderes Weizenmehl (z.B. 812, T65) verwenden.
- Die Dinkelflocken können auch gegen Hafer-,Gerste- oder Einkornflocken ausgetauscht werden, das Emmervollkornmehl gegen eines aus Dinkel oder Einkorn.
- Als Ölsaaten gehen also selbstverständlich auch Lupinenschrot, Sonnenblumen- oder Kürbiskerne. Die Schüttwassermenge wird dann darauf angepasst.
- Wer kein Backmittel einsetzen möchte, darf etwas aktives Malz nehmen oder mit langer Teigführung arbeiten.
- Das Sesamöl dient (neben dem technologischen Aspekt) für die Geschmacksabrundung. Hier kann man auch jegliches anderes Öl oder auch Butter verwenden.
- Die Hefemenge passt jeder für sich an, je nach gewünschter Geschwindigkeit. Alternativ zur Frischhefe geht auch Trockenhefe mit ca. 1/4 der Menge.
- Die Wassermenge wird so eingestellt, dass der Teig die gewünschte Konsistenz hat.

Schlusswort

Beim Backen wünschen wir Euch viel Spaß und auch den nötigen Erfolg. Wenn Ihr Fragen habt, egal ob zu Rohstoffen, Verfahren oder weil etwas nicht so geklappt hat wie gewünscht, schreibt es einfach in die Kommentare.

Euer Brotkrümel-Team