

Körnerbrötchen nach Paniniart

Für den Vorteig:

160 g Weizenmehl Type 550
160 g Wasser
2 g Trockenhefe

Für das Quellstück:

50 g Sonnenblumenkerne
40 g Sesam
40 g Leinsamen
40 g Haferflocken
18 g Salz
200 g Wasser

Für den Teig:

250 g Weizenmehl Type 550
250 g Weizenmehl Type 1050
100 g Weizenmehl (Vollkorn)
250 g Wasser
7 g Trockenhefe



So wird's gemacht:

Für den Vorteig die Zutaten gut miteinander verrühren, mit Frischhaltefolie abgedeckt über Nacht (ca. 12 Stunden) bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Für das Quellstück die Saaten nacheinander in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Die Saaten in eine Schüssel geben und mit dem Salz mischen, das Wasser zugeben und unterrühren. Mit Frischhaltefolie abgedeckt über Nacht stehen lassen.

Für den Teig die Mehlsorten mischen, die restlichen Zutaten, sowie den Vorteig und das Quellstück zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt 2 Stunden gehen lassen, dabei nach 40 und 80 Minuten einmal den Teig falten.

Den Teig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche geben und leicht flach drücken (nicht kneten!) und zu einem Rechteck ziehen. Den Teig mit einer Teigkarte in 12 bis 16 Stücke teilen (Dreiecke oder Rechtecke) und aufs Blech legen. Abgedeckt nochmals 1½ bis 2 Stunden gehen lassen. Den Ofen rechtzeitig auf 220 °C vorheizen.

Die Brötchen gut geschwadet (entweder etwas Wasser in den heißen Ofen schütten oder eine Schale mit heißem Wasser in den Ofen stellen) einschießen und 10 Minuten backen. Dann die Temperatur auf 200 °C senken und weitere 10 Minuten fertig backen.

**Viel Spaß beim Nachbacken und guten Appetit wünscht
Edelgard Geitz**

