



Reicht für 10 leckere Roggenbrötchen Vollwertig & bekömmlich Knuspriger Sattmacher nicht nur zum Frühstück Schmeckt pur, belegt oder zum Dippen in Suppen

„Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Zubereitung. Rühren Sie Ihr Rezept immer mit einer Extraportion Liebe.“

ZUBEREITUNG

Vermengen Sie gleichmäßig das Mehl mit dem Reinleicithin, danach fügen Sie Erbsenfaser, Weizenkleber, Zucker und Salz hinzu.

Die Trockenhefe in lauwarmen Wasser auflösen und zusammen mit der Margarine hinzugeben.

Den Teig 2 bis 3 Minuten kneten, am besten mit einer Küchenmaschine oder einem elektr. Rührer. Der Teig muss gut knetbar sein. Bei Bedarf noch 20 bis 30 ml Wasser hinzugeben.

Den Teig zu einem Ballen formen und in einer Rührschüssel abgedeckt bei 20 bis 25 Grad ca. 20 Minuten gehen lassen.

Die Arbeitsfläche NICHT bemehlen. Nach der Ruhezeit den Teig in 10 gleichgroße Stücke teilen und auf der Arbeitsfläche rollen.

Die Brötchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und abgedeckt ruhen lassen. Nach ca. 15 Minuten die Brötchen an der Oberfläche anschnitten und weitere 10 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Den Backofen auf höchster Stufe (Ober-/Unterhitze) vorheizen, kurz vor dem Einschieben heißes Wasser auf die Fettpfanne gießen.

Wenn die Brötchen im Backofen sind, auf 240 bis 250 Grad herunterschalten und 25 bis 30 Minuten backen. Um eine schöne Farbe zu erhalten kann man die Brötchen bevor sie in den Backofen kommen mit Eigelb einstreichen. Ballaststoffgehalt: 8,3% Ballaststoffgehalt pro 100 kcal: 4,6 g

ROHSTOFFE

| ROHSTOFFE | | |
|---|--------|--------------------|
| Mehl | 375 g | Roggenmehl Typ 997 |
| Erbsenfaser | 50 g | |
| Reinleicithin Pulver | 2 g | |
| Zucker | 5 g | |
| Margarine | 5 g | |
| Salz | 10 g | |
| Trockenhefe | 10 g | |
| stilles Wasser | 300 ml | |
| Rezeptmenge | | |
| Die Herstellung des Grundrezeptes ergibt eine Menge von 0 | | |



Haben Sie neue Rezeptideen oder Verbesserungsvorschläge für unsere bestehenden Rezepturen? Oder benötigen Sie Hilfe bei der Herstellung? Dann schreiben Sie uns gerne an unter rezepte@spinnrad.de, damit Ihr Endprodukt auch immer gelingsicher ist.



KLEINES ROHSTOFFLEXIKON

Erbsenfaser

Ballaststoff Geschmacksneutral



Reinlecithin Pulver

Reines Naturprodukt Hält Backwaren länger frisch



Wir hoffen, dass Sie viel Freude an Ihrem ausgewählten Rezept haben und wünschen Ihnen gutes Gelingen bei der Herstellung! Für Rückfragen und Anmerkungen stehen wir Ihnen gerne unter der kostenlosen Service Hotline 0800-808 60 06 oder per Mail unter rezepte@spinnrad.de zur Verfügung. Besuchen Sie uns auch unter www.spinnrad-gut-fuer-mich.de und unter www.spinnrad.de.