

# Haferbrot und Haferbrötchen

Kategorien: Backen, Brot, Brötchen, Hafer, Hefe

Zutaten für: 1 Rezept

250	Gramm	Nackthafer
1	Teel.	Anis
1	Teel.	Fenchel
500	Gramm	WEizen
30	Gramm	Hefe
1	Teel.	Meersalz
1/2	Ltr.	Wasser, kalt

## ZUM BESTREUEN

---

Haferflocken  
Sesam  
Kümmel

### Anleitung:

= 1 Brot und 10 Brötchen. Den Hafer und die Gewürze auf ein Blech schütten und im Ofen auf der mittleren Leiste bei 100°C 50 Minuten leicht rösten und abkühlen lassen.

Den Hafer und die Gewürze mit dem Weizen mischen und alles fein mahlen.

Die Hefe und das Salz im Wasser auflösen. Das Mehl nach und nach dazu geben und den Teig mit der Küchenmaschine kneten, bis er sich von der Teigschüssel löst.

Zugedeckt 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat.

Inzwischen 1 Blech sorgfältig einfetten. Den Teig nochmals kneten und halbieren. Aus der einen Hälfte eine Kugel rollen. Ringsum mit Wasser bepinseln und in den Haferflocken wälzen. Etwas festdrücken. Das Brot aufs Blech legen und in der Mitte ein Kreuz einschneiden.

Aus der anderen Teighälfte eine Rolle formen und in 10 gleichgroße Stücke schneiden. Die Stücke beliebig formen. Die Brötchen ringsherum mit Wasser bestreichen. In den Haferflocken oder Sesam wälzen oder mit Kümmel bestreuen. Die Haferbrötchen zum Brot auf das Blech legen.

Auf der untersten Leiste in den kalten Backofen schieben und bei 200 Grad die Brötchen 35-40 Minuten. Das Brot 1 Stunde backen. Gleich zu Beginn ein flaches Schälchen mit kochendem Wasser auf den Backofenboden stellen. Brot und Brötchen schmecken am nächsten Tag noch besser als ganz frisch.

Variante: Früchtebrötchen: Unter den Teig je 150 g Rosinen, klein geschnittene getrocknete Birnen und grob gehackte Walnüsse oder Haselnüsse kneten. Längliche Brötchen formen und mit Wasser bestreichen. In Haferflocken wälzen oder mit Haselnußablättchen belegen. (gut andrücken) Die Brötchen wie oben backen.