

## Vollkorn - Bröchen

Kategorien: Backen, Brot, Brötchen

Zutaten für: 10 Portionen

500	Gramm	Weizen; fein gemahlen
270	ml	Wasser, evtl. anpassen
20	Gramm	Hefe
1 1/2	Teel.	Salz
1/2	Teel.	Fenchel; nach Belieben
1/2	Teel.	Anis; nach Belieben

### Anleitung:

Das Salz mit dem lauwarmem Wasser verruehren. Die Hefe darin auflösen. Den Weizen und evtl. die Gewuerze fein mahlen. Das Hefewasser zufuegen Und mit der Kuechenmaschine etwa 10 Minuten kneten. Der Teig ist jetzt Noch etwas klebrig. Wenn man mit der Hand kneten moechte, mindestens 15 Minuten kneten, damit sich das Klebereiweiss loest und die Hefe Aktiv werden kann. Die Schuessel mit einem Tuch oder einer Plastiktuetete abdecken und 40-50 Minuten aufgehen lassen, bis das Volumen sich fast verdoppelt hat. Wenn der Teig an einem warmem Ort aufgeht, geht's schneller. An einem Kalten Ort dauert es zwar etwas laenger, dafuer gehen die Broetchen Feinporiger auf. Den Teig noch einmal kurz durchkneten und zu Broetchen formen. Auf ein Gefettetes Blech legen und noch 10 Minuten gehen lassen. Man kann die Broetchen auch mit Sesam, Nuessen oder Sonnenblumenkernen Bestreuen. 1 Flache Schale mit heissem Wasser in den Backofen stellen. Die Broetchen auf der untersten Schiene in den kalten Backofen schieben Und bei 200 GradC (Ober- Unterhitze) ca. 30 Minuten backen.