Müsli-Pistazien-Brötchen

Müsli oder Brötchen? Mit diesem Rezept geht beides: Die Müsli-Pistazien-Brötchen sind eine leckere Alternative zum herkömmlichen Frühstück.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 20 min

Ruhezeit: 2,0 h

Gesamtzeit: 2,8 h



Foto: Katrin Morenz

Zutaten

130 g	Wasser
150 g	Milch
110 g	Haferflocken
20 g	Honig
50 g	Mehl (für die Arbeitsfläche)
1 EL	Öl (für die Schüssel)
60 g	Haselnüsse
60 g	Marillen (getrocknete)
30 g	Pistazien (geschälte)
30 g	Cranberries (getrocknete)
50 g	Wasser (zum Auflösen der Hefe)
20 g	Frischhefe
370 g	Weizenmehl
10 g	Salz
1 Stk.	Ei (zum Bestreichen)

Zubereitung

1. Für die Müsli-Pistazien-Brötchen zunächst Wasser, Milch, Haferflocken und Honig verrühren und ca. eine halbe Stunde quellen lassen.

2. In der Zwischenzeit die Haselnüsse (ohne Fett!) in einer Pfanne rösten, abkühlen lassen und grob zerhacken. Marillen klein würfeln. Mit den Haselnüssen, Pistazien und Cranberries vermischen.

3. Hefe in das Wasser einrühren, bis sie sich auflöst. Zusammen mit Mehl und Salz so lange mit der Haferflocken-Mischung vermengen, bis sich der Teig leicht von der Schüssel lösen lässt.

4. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben und den Teig darauf zu einem großen Rechteck ausrollen. Die Hälfte der Nuss-Mischung auf dem Teig verteilen und diesen dann in der Mitte zusammenfalten.

5. Die restliche Nuss-Mischung wieder auf den Teig geben, gleichmäßig darauf verteilen und wieder zusammenklappen. Eine Schüssel mit Öl einpinseln und den Teig so zusammengeklappt hineinlegen. Ca. 1 Stunde gehen lassen.

6. Anschließend den Teig in ca. 100 g schwere Stücke teilen und jedes dieser Stücke zu einem Brötchen formen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Brötchen darauf setzen.

7. Ei verquirlen und die Teiglinge damit einpinseln. Mit Flocken oder Kernen bestreuen und zugedeckt ca. eine halbe Stunde ruhen lassen. Währenddessen den Backofen auf 220°C vorheizen.

8. Die Brötchen darin ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen, das Backpapier entfernen und die Brötchen noch einmal 5 Minuten im Ofen backen. Anschließend aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und servieren.

Tipp

Die getrockneten Marillen in den Müsli-Pistazien-Brötchen können nach Belieben durch andere Trockenfrüchte ersetzt werden.