Weckerln mit Buttermilch

Sie gelten als besonders luftig-leicht und schmecken wunderbar - die Weckerln mit Buttermilch können mit diesem Rezept ganz einfach zuhause frisch gebacken werden.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 35 min

Koch/Backzeit: 20 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 1,4 h



Zutaten

500 g	Mehl
1 TL	Flohsamenschalen
1 Packung	Trockenhefe
1 TL	Zucker
1.5 TL	Salz
2 EL	Olivenöl
160 ml	Buttermilch
250 ml	Wasser (lauwarmes)
1 Handvoll	Sonnenblumenkerne
1 Handvoll	Sesam
1 Handvoll	Mohn
1 Handvoll	Kümmel
1 Prise	Salz (grobes)

Zubereitung

1. Für Weckerln mit Buttermilch das Mehl mit Flohsamenschalen (Psyllium) mischen und in die Mitte eine Mulde drücken. Hefe und Zucker in die Mulde geben. Die Hälfte des Wassers dazugießen und warten, bis die Hefe Blasen wirft (ca. 10 Minuten).

2. In der Zwischenzeit das restliche Wasser mit der Buttermilch, dem Öl und Salz verrühren. Dann zu dem Mehl geben und alles 5 Minuten lang kräftig durchkneten. Backofen auf 45°C vorheizen.

3. Wenn sich der Teig von selbst von der Schüssel löst, eine Rolle daraus formen und diese in mehrere (brötchengroße) Teile schneiden. Aus jedem Teil eine Kugel formen.

4. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Teigkugeln darauf setzen. Mit Sonnenblumenkernen, Sesam, Mohn, Kümmel oder grobem Salz bestreuen. Im Backofen ca. 20 Minuten gehen lassen.

5. Anschließend aus dem Ofen nehmen, dafür eine Fettpfanne auf die unterste Schiene des Ofens schieben und die Temperatur auf 250°C erhöhen. Ist die Temperatur erreicht, das Blech mit den Brötchen zurück in den Ofen schieben.

6. Eine Tasse Wasser in die Fettpfanne gießen (Achtung: Wasserdampf!) und die Weckerl im Ofen ca. 15-18 Minuten backen. Anschließend herausnehmen, abkühlen lassen und servieren.

Tipp

Die Weckerln mit Buttermilch können prima tiefgekühlt werden, dazu am besten so frisch wie möglich einfrieren. Kurz vor dem Verzehr wieder aufbacken und servieren.