Rezept

Süße Knusperbrötchen

Ein Rezept von Süße Knusperbrötchen, am 29.04.2024

Zutaten

1 TL	Fenchelsamen (für Tee)
2 EL	Zucker
1	Apfel
50 g	zarte Haferflocken
1 Pck.	Trockenhefe
50 g	getrocknete Feigen
2–3 EL	Haferflocken zum Bestreuen
1 EL	Rosmarinnadeln
1	Bio-Orange
200 g	Dinkelmehl
50 g	gemahlener Walnusskerne
1 Msp.	Salz
	Mehl zum Arbeiten
	Backpapier

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 20 Brötchen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 75 kcal

Zubereitung

1. Fenchelsamen und Rosmarin mit 100 ml kochendem Wasser überbrühen und 10 Min. ziehen lassen. Durch ein Sieb abgießen und den Zucker zum Tee geben.

2. Die Orange waschen, die Schale dünn abreiben und den Saft auspressen. Den Apfel waschen, vierteln und entkernen. Apfel mit dem Saft in der Küchenmaschine pürieren.

3. Mehl, Haferflocken, Nüsse, Hefe und Salz mischen. Die Feigen fein hacken, mit Apfelraspeln, Tee, Orangensaft und -schale unterheben und kneten, bis der Teig elastisch ist. Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort 30 Min. gehen lassen.

4. Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig auf etwas Mehl kneten, eventuell etwas Flüssigkeit dazugeben. Teig zu einer ca. 2 cm dicken Rolle formen und pflaumengroße Stücke abschneiden. Diese Stücke zu Brötchen formen und mit Abstand auf das Blech setzen.

5. Teiglinge abgedeckt 10-15 Min. ruhen lassen, den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Brötchen mit etwas Wasser bepinseln, mit Haferflocken bestreuen und im Ofen (Mitte) ca. 20 Min. backen.