

Rezept

# Anis-Dinkel-Brötchen

Ein Rezept von Anis-Dinkel-Brötchen, am 22.05.2026

## Zutaten

<b>1 TL</b> Anissamen	<b>1 TL</b> Kreuzkümmelsamen
<b>250 g</b> Dinkelmehl (Type 630)	<b>1 TL</b> Salz
<b>3 g</b> frische Hefe	<b>40 g</b> weiche Butter
<b>1</b> Ei (M)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 8 Brötchen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal, 5 g F, 5 g EW, 22 g KH

## Zubereitung

1. Die Anis- und Kreuzkümmelsamen in einem Mörser zerstoßen. Gewürze, Mehl, Salz und Hefe in eine Rührschüssel geben und mischen. Die Butter in Flöckchen sowie 100 ml Wasser und das Ei dazugeben.
2. Alle Zutaten mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in eine Vorratsdose geben, den Deckel jedoch nur locker auflegen. Den Teig ca. 24 Std. im Kühlschrank ruhen lassen.
3. Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche gründlich durchkneten. Die Hände mit Wasser benetzen und den Teig in acht gleich große Stücke teilen. Jedes Teigstück zu einem runden Brötchen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.
4. Die Teiglinge mit einem Tuch abdecken und 45 Min. bei Zimmertemperatur gehen lassen. Inzwischen den Backofen auf 175° Umluft vorheizen. Die Brötchen im heißen Ofen (Mitte) in ca. 20 Min. goldbraun backen. Die fertigen Brötchen aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren auf einem Kuchengitter vollständig abkühlen lassen.