

Rezept

Gefüllte Brötchen mit Lauch und Schinken

Ein Rezept von Gefüllte Brötchen mit Lauch und Schinken, am 28.06.2026

Zutaten

500 g Vollkornmehl	½ Würfel frische Hefe
1 TL Backpulver	100 ml Sonnenblumenöl
130 g Joghurt	Salz
3 Eier (M)	1 Stange Lauch
1 EL Öl	150 g gekochter Schinken
200 g Frischkäse	1 TL Currypulver
2 EL Milch	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal, 17 g F, 12 g EW, 27 g KH

Zubereitung

1. Das Mehl mit der zerbröckelten Hefe in eine Schüssel geben und 50 ml lauwarmes Wasser dazugeben. Alles ohne zu rühren 5 Min. ruhen lassen.
2. Backpulver, Öl, Joghurt, 1 TL Salz und 2 Eier in die Schüssel geben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts oder den Händen zu einem glatten Teig kneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen.
3. Inzwischen den Lauch putzen, längs halbieren, waschen, trocken schütteln und in 1 cm dicke Halbringe schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Lauch darin bei mittlerer Hitze ca. 8 Min. braten. Den Schinken in 1 cm große Würfel schneiden. Lauch, Schinken und Frischkäse in einer Schüssel mischen und mit Currypulver und Salz würzig abschmecken. Das restliche Ei mit der Milch verquirlen.
4. Den Backofen auf 180° vorheizen, ein Blech mit Backpapier belegen. Den Teig halbieren, die beiden Teile wieder halbieren und die vier Teile jeweils dritteln, sodass man zwölf gleich große Teiglinge hat. Die Teiglinge zwischen den Händen flach drücken, jeweils 1 EL Lauch-Schinken-Masse daraufgeben und den Teig über der Füllung vorsichtig zusammendrücken. (Durch den hohen Ölanteil lässt sich der Teig gut ziehen und zusammendrücken.)
5. Die gefüllten Brötchen mit der Verschlussseite nach unten auf das Backblech legen und mit der Eiermilch bestreichen. Dann im Backofen (Mitte) in ca. 20 Min. goldbraun backen.