

Rezept

Partybrötchen

Ein Rezept von Partybrötchen, am 02.04.2023

Zutaten

150 g Frischkäse (16 % Fett absolut; ersatzweise Magerquark)	5 EL Rapsöl
1 Ei	5 EL Milch
1/2 TL Anispulver	1 TL Salz
2 EL Leinsamenschrot (Reformhaus)	1 TL Fenchelsamen
150 g Weizenvollkornmehl	1 EL Gluten (Weizenkleber; Reformhaus oder Bioladen)
1 Eigelb	2 TL Weinstein-Backpulver
	1 EL Haferflocken zum Bestreuen

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 12 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 93 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.
2. Den Frischkäse mit Öl, 4 EL Milch, Ei und Salz glatt rühren. Anispulver, Fenchel und Leinsamen zugeben. Gluten mit Weizenmehl und Backpulver mischen, dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten.
3. 12 kleine runde Brötchen formen und auf das Backblech legen. Das Eigelb mit 1 EL Milch verrühren, die Brötchen damit bestreichen und mit Haferflocken bestreuen.
4. Die Brötchen im Ofen (Mitte, Umluft 180°) 25-30 Min. backen.