

Rezept

Schnelle Brötchen mit Polenta-Kruste

Ein Rezept von Schnelle Brötchen mit Polenta-Kruste, am 28.06.2026

Zutaten

50 g Sauerteig (selbst angesetzt oder im Beutel)	350 g Dinkelmehl (Type
50 g Polenta (Maisgrieß)	2 TL Salz
5 g frische Hefe (8 g bei Sauerteig aus dem Beutel)	

Ausserdem:

Polenta (Maisgrieß) zum Bestreuen	4 Eiswürfel
-----------------------------------	--------------------

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

Zubereitung

1. Bei Verwendung von eigenem Sauerteig diesen rechtzeitig aus dem Anstellgut herstellen. Dann Mehl, Polenta und Salz in einer Rührschüssel mischen. Den Sauerteig und die Hefe in 250 ml lauwarmes Wasser einrühren, zur Mehlmischung geben und alles mit einem Kochlöffel, einer Küchenmaschine oder einem Handrührgerät (Knethaken) in ca. 5 Min. zu einem leicht klebrigen Teig verkneten. Den Teig in einer großen Plastikbox verschließen und ca. 1 Std. an einem warmen Ort gehen lassen. Dann mindestens 8 Std. (über Nacht) im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Den Backofen auf 250° vorheizen, dabei ein Back-blech (2. Schiene von unten) und ein ofenfestes Schälchen auf dem Ofenboden mit vorheizen. Einen Bogen Backpapier an sechs Stellen dünn mit Polenta bestreuen. Den Teig mithilfe von zwei Esslöffeln in sechs runde Teigstücke aufteilen und diese auf dem Grieß verteilen. Teigstücke mit Wasser bestreichen und mit Polentagrieß bestreuen.
3. Das Backpapier samt Teigstücken auf das heiße Backblech ziehen, die Eiswürfel vorsichtig in das heiße Schälchen geben. Die Brötchen im heißen Ofen in ca. 30 Min. goldbraun backen. Dabei nach ca. 10 Min. das Schälchen entfernen, die Temperatur auf 230° reduzieren und während der letzten 5 Min. Backzeit einen Kochlöffelstiel zwischen die Ofentür klemmen, sodass sie einen Spalt geöffnet ist. Die Brötchen auf einem Rost auskühlen lassen.