

Rezept

Sonntagsbrötchen mit Buttermilch

Ein Rezept von Sonntagsbrötchen mit Buttermilch, am 28.06.2026

Zutaten

280 g Buttermilch	3 EL Honig
½ Würfel Hefe (ca. 20 g)	200 g Weizenmehl (Type 550)
200 g Weizenvollkornmehl	4 g Salz
50 g weiche Butter	1 Eigelb (M, nach Belieben)

Außerdem:

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 255 kcal, 7 g F, 8 g EW, 40 g KH

Zubereitung

1. Die Buttermilch mit dem Honig in einem kleinen Topf verrühren und bei geringer Hitze lauwarm werden lassen. Den Topf vom Herd nehmen, die Hefe hineinbröckeln, verrühren und 10 Min. gehen lassen. Inzwischen beide Mehlsorten mit dem Salz in einer Rührschüssel vermischen, die Butter in Flöckchen dazugeben.
2. Den Hefeansatz zur Mehlmischung geben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts (oder in der Küchenmaschine) 4 Min. bei langsamer Stufe, dann 6 Min. bei hoher Stufe verkneten - der Teig sollte am Ende schön weich und geschmeidig sein. Zur Kugel rollen und in eine bemehlte Schüssel geben.
3. Wer es eilig hat, deckt die Teigschüssel gleich mit Klarsichtfolie ab und stellt sie für 12 Std. in den Kühlschrank. Wer für besonders luftige Brötchen etwas mehr Zeit investieren möchte, legt ein Küchentuch über die Schüssel und lässt den Teig noch 30 Min. an einem warmen Ort gehen. Dann den Teig in der Schüssel mehrmals übereinanderschlagen und weitere 30 Min. gehen lassen. Anschließend den Teig erneut übereinanderschlagen, die Schüssel jetzt mit der Folie abdecken und 12 Std. in den Kühlschrank stellen.
4. Am nächsten Tag den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche gut durchkneten und 8 runde Brötchen daraus formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, mit dem Küchentuch abdecken und an einem warmen Ort 45-60 Min. gehen lassen.
5. Backofen auf 200° vorheizen, dabei auf dem Ofenboden ein mit Wasser gefülltes tiefes Blech mit erhitzen. Die Brötchen nach Belieben mit verquirltem Eigelb bestreichen, dann in den Ofen schieben (Mitte, Umluft nicht empfehlenswert), das Blech mit dem Wasser entfernen. Die Brötchen in 15-20 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.