

Rezept

# Süßkartoffel-Brötchen

Ein Rezept von Süßkartoffel-Brötchen, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>340 g</b> Süßkartoffeln (ersatzweise Hokkaido-Kürbis oder Möhren)	<b>400 g</b> Dinkelmehl (Type 630)
<b>½ Würfel</b> frische Hefe (21 g)	<b>100 g</b> gemahlene Mandeln
	<b>1 TL</b> getrockneter Thymian

### Außerdem

<b>Öl</b> Öl zum Formen	Mehl zum Bestäuben
-------------------------	--------------------

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal, 9 g F, 10 g EW, 45 g KH

## Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, ca. 1 cm groß würfeln, in einem Topf mit wenig Wasser zugedeckt in 10-15 Min. weich garen. In einem Sieb abtropfen lassen. Mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen, 10 Min. abkühlen lassen. Mehl und Mandeln in einer Schüssel mischen, in die Mitte eine Mulde drücken. Hefe zerbröckeln, in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen. In die Mulde gießen, etwas Mehl vom Rand daraufstreuen. Zugedeckt 10 Min. gehen lassen. Kartoffelpüree und Thymian hinzufügen. In ca. 10 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort 1 Std. gehen lassen, dann 15 Min. kalt stellen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
2. Teig in acht Portionen teilen und runde Brötchen formen. Dafür die Handinnenfläche und die Arbeitsfläche leicht mit Öl befeuchten. Brötchen auf das Blech setzen, mit einem scharfen Messer kreuzförmig einritzen, mit Mehl bestäuben und 20 Min. gehen lassen. Backofen auf 175° (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Brötchen im Ofen (Mitte) 20 Min. backen.