Rezept

Süßkartoffel-Brötchen

Ein Rezept von Süßkartoffel-Brötchen, am 29.05.2025

Zutaten

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

Außerdem

Öl	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.