

# Bauernbrötchen

## Frisch gebacken auf den Tisch



### Zutaten für den Vorteig:

100 g Wasser  
1 g Frischhefe  
100 g Weizenmehl Typ 550

### Zutaten für den Hauptteig:

- den Vorteig
- 700 g Weizenmehl Typ 550
- 100 g Roggenmehl Typ 1370 (oder 1150)
- 500 g Wasser
- 15 g Butter
- 20 g Salz
- 9 g Frischhefe
- 1 EL Backmalz Pulver
- etwas Roggenmehl zum Bestreuen

### Zubereitung:

Für den Vorteig Mehl, Wasser und Frischhefe gut verrühren, abdecken und ca. 4 Std. bei Raumtemperatur stehen lassen.

- Für den Hauptteig den Vorteig und alle anderen Zutaten in die Küchenmaschine geben und gut durchkneten lassen etwa 15 Min. Anschließend den Teig in eine große Schüssel geben und in den Kühlschrank (oberstes Fach) stellen. Hier bleibt er mindestens 10 Std., besser noch länger bis zu 24 Std. - Je länger der Teig ruht um so würziger wird er. Er dehnt sich in der Zeit gewaltig aus! Also eine Schüssel mit Deckel nehmen.
- Nach der Ruhezeit den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und für 60 Min. bei Zimmertemperatur akklimatisieren lassen. Anschließend Teigstücke von etwa 90g abstechen - ergibt 16 Semmeln. In die gewünschte Form bringen, z.B. rollen und dann etwas flach drücken und die Enden leicht spitz ausziehen. Mit dem Schluss nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und abgedeckt 90 Min. bei Zimmertemperatur gehen lassen.
- Den Backofen auf 230° Ober- und Unterhitze vorheizen.

- Bevor die Teiglinge in den Ofen kommen werden sie der Länge nach, mit einem sehr scharfen Messer, eingeschnitten und mit Roggenmehl bestäubt.
- Das Blech einschieben (ich brauche dafür immer 2 Bleche, die ich nacheinander backe). Mit einer Blumenspritze Wasser auf den Boden und die Seiten des Backofens sprühen. Nach 10 Min. den Dampf ablassen, dazu die Ofentüre kurze Zeit öffnen. Weitere 5-10 Min. backen. Die gesamte Backzeit beträgt 15-20 Min. Den Gartest machen, dazu auf die Unterseite klopfen, wenn es hohl klingt, sind die Semmeln durchgebacken. Zum Auskühlen auf ein Rost legen.

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zubereitungszeit: mit allen Arbeitsschritten ca. 45 Min.

Standzeit: mindestens 16 Std.

Backzeit: 15-20 Min.