

# Über Nacht Dinkel-Brötchen



## Einkaufsliste:

- 1Pck Hefe oder 35g frische Hefe
- 125ml lauwarmes Wasser
- 125ml lauwarme Milch
- 500g Dinkelmehl (1050)
- 40ml Olivenöl
- 1EL Honig
- 1TL Salz
- 1Ei
- Etwas weiche Butter zum Bestreichen

## So wird's gemacht:

Milch, Wasser, Hefe und Honig in eine Schüssel geben und gut verrühren. 10 Minuten ruhen lassen, die restlichen Zutaten hinzugeben und zu einem homogenen Teig verkneten. Teig mit etwas Butter einreiben und 1 Stunde an einem warmen Ort abgedeckt ruhen lassen. Teig noch einmal kurz durchkneten, mit Butter leicht einreiben und gut abgedeckt in den Kühlschrank stellen und über Nacht ruhen lassen. Hinweis: Brötchen können auch schon geformt werden, müssen aber gut abgedeckt werden und noch genügend Platz zum Aufgehen haben.

Am nächsten Tag Teig oder geformte Brötchen aus dem Kühlschrank holen und kurz bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Geformte Brötchen können sofort gebacken werden.

Wenn der Teig noch nicht geformt ist, Teig einmal teilen und jeweils kurz durchkneten und zu einem langen Strang rollen, diese in je 8 gleichgroße Teile teilen. Auf ein Blech legen, leicht mit Mehl bestreuen und nochmals 30-40 Minuten ruhen lassen. Ofen auf 220°C vorheizen, eine Ofenform mit Wasser füllen und auf den Boden des Ofens stellen.

Brötchen oben einschneiden und in den Ofen schieben. Etwa 15-20 Minuten goldbraun backen, sie sollten leicht hohl klingen.