

Hafer-Sesam-Walnüsse-Brötchen 03.02.2025



Am Vorabend 18:30 Uhr:

Poolish: 100 g Wasser lauwarm, 3 g Honig, 0,18 g Trockenhefe, 100 g Weizenmehl Type 550. Bei Zimmertemperatur gehen lassen.

Lievito Madre (LM): 50 g Anstellgut anfüttern, sodass wir 150 g LM bekommen. Hierin sind enthalten 100 g Weizenmehl 550 und 50 g Wasser.

Brühstück: 100 g Walnüsse grob zerkleinert + 40 g weiße Sesamsamen. Mit 100 g kochendem Wasser übergießen und über Nacht bei ZT ziehen lassen. Abseihen und Restwasser (ungefähr 20 g) nicht weiterverwenden.

Morgens 8:00 Uhr mischen und kneten.

Zutaten: Vorteig, LM und Brühstück und außerdem:

244 g Buttermilch

10 g Öl (Olivenöl oder Rapsöl)

6 g Zitronensaft

10 g Honig

1,5 g Trockenhefe (oder 4,5 g frische Hefe)

50 g kernige Haferflocken

320 g Mehl (145 g Weizenmehl Type 550, 100 g Dinkelmehl Type 630, 75 g Weizenvollkornmehl)

5 g Backmalz aktiv

8 g Salz

Samen nach Wunsch für die Dekoration

Alle Zutaten mit dem Handrührgerät vermischen und kneten. Der Teig bleibt klebrig, ich belasse ihn in der Schüssel. Nach 30 Min und nach 60 Min den Teig mit dem Teigschaber durchfalten. **Stockgare 2 1/2 Stunden.**

Stückgare: Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche stürzen und Teiglinge abstecken. Rund schleifen. Die Oberseite kurz ins Wasser tauchen und in die Samen wälzen. Unter einem feuchten Tuch noch etwa **1 1/2 Std** gehen lassen.

Backen: Backofen auf 240° vorheizen. Schüssel mit Wasser in den Ofen stellen. Ofenblech in die Mitte einschieben.

Backzeit: 25 Min. Nach 12 Min den Backofen auf 210° zurückdrehen und ohne Dampf weiter backen.

Teigausbeute: Mehl + Hafer + Backmalz 575 g, Flüssigkeit Wasser, Buttermilch, Saft = 410 g. TA=171