

Oat Buns abricots 18.06.2023



Vorteig: 100 g Wasser lauwarm, darin 8 g Zucker und anschließend 1/3 Würfel Hefe (14 g) auflösen. 50 g Weizenmehl einrühren und die Mischung 60 Minuten gehen lassen.

Zutaten:

Vorteig

250 g Dinkelmehl
300 g Weizenmehl
330 g Milch auf Zimmertemperatur
45 g kernige Haferflocken
8 g Salz
15 g Olivenöl
150 g abricots moelleux, nicht zu klein geschnitten

13 g Mehl für die Teigbearbeitung und 35 g kernige Haferflocken um die Brötchen zu dekorieren

Vorteig ansetzen, alle Zutaten mit dem Handrührgerät zu einem Teig verarbeiten. Den Teig auf die Arbeitsfläche stürzen und mit den Händen dehnen und falten.

Stockgare: 1 ½ Stunden

Stückgare: Auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche aus dem Teig (1270 g) 12 Brötchen formen. Die Oberseite kurz ins Wasser tauchen und in den Haferflocken wälzen. Mit Frischhaltefolie abgedeckt noch etwa eine Stunde gehen lassen.

Backen: Backofen auf 230° vorheizen, Schüssel mit Wasser in den Ofen stellen. Ofenblech in die Mitte des Backofens schieben, Oben- und Unterhitze einstellen.

Backzeit 27 Min, nach 10 Min Wasser raus und auf 200° zurückdrehen.

Teigmasse: ungefähr 1270 g, dazu kommt noch 13 g Mehl Teigbearbeitung und 35 g Haferflocken

Verhältnis Mehl-Flüssigkeit = $645 / 430 = 1,5$