

Rezept: Rübenkraut-Brötchen

von Horst Merten, Rinkerode

Zutaten:

500 g Weizen-Vollkornmehl

150 g Quark (Fettgehalt je nach Geschmack)

125 ml Milch (1,5 % Fett)

50 ml Wasser

1 Würfel (42 g) frische Backhefe

1 TL Salz

2-3 EL Rübenkraut

40-60 g Rosinen (die Rosinen einige Stunden vorher in Wasser einweichen)

Zubereitung:

Die Hefe im lauwarmen Wasser in einer großen Schüssel zerbröseln, 3 EL Vollkornmehl und 1 TL Rübenkraut zugeben, alles gut umrühren und abgedeckt bei ca. 30-35 Grad 20 Min. gehen lassen, z. B. im Backofen.

Jetzt die restlichen Zutaten nach und nach dazugeben: Salz, Rübenkraut, Quark, die lauwarme Milch, Rosinen - die Rosinen einige Stunden vorher in Wasser einweichen - zum Schluss das Mehl portionsweise unterrühren. Alles gut in der Schüssel vermischen bis ein Teigklumpen entsteht. Dann einige Zeit kräftig durchkneten. Den fertigen Teig in der Schüssel 20-40 Min. wie oben beschrieben gehen lassen.

Den Teig zu einer Wurst ausrollen, größere oder kleinere Stücke abschneiden und auf der Unterlage mit der flachen Hand zu einer Kugel formen. Man erhält etwa 10 Brötchen. Die Brötchen lässt man auf dem Backblech wieder 20 Min. gehen, schiebt das Blech anschließend in den vorgeheizten Backofen. Backzeit: 20 Min. bei 200 Grad.

Unser Tipp:

Das Einweichwasser der Rosinen nutzen, um die Hefe anzusetzen. Wenn man eine knusprige Schale haben will, kann man die letzten 5 oder 10 Min. einen Teller mit Wasser in den Backofen stellen, sodass sich Schwaden bilden. Die noch warmen Brötchen mit Rüben- oder Apfelkraut servieren.

Guten Appetit!!