

# Rustikus Bauernbrötchen

... ein rustikales Weizen-Sauerteig-Brötchen, mit einer **Stockgare** von 12-14 Std.

## Zutaten: für 8 Brötchen

400 g Weizenmehl Type 550

100 g Vollkorn-Weizenmehl

380 g Wasser

80 g Weizen-Sauerteig **Bruno**

10 g Salz

10 g Honig

3 g Trockenhefe o. 10 g Frischhefe

Saten und Körner nach beleiben

## Zubereitung

Trockenhefe mit etwas vom Mehl und etwas Wasser aktivieren. 350 g Wasser in die Rührschüssel geben und den Sauerteig aufrühren (Aufschlemmen). Honig zu geben und auch verrühren. Alle weiteren Zutaten zugeben und zu einem Glatten Teig verühren. ggf. je nach Teigstruktur Ei-weise das restliche Wasser zu geben und einarbeiten. Teig mit Öl in eine gefettete Schüssel / Teigbecken geben, Nach 30 min. das erste mal *Dehnen und Falten*.

## Tip:

## Historie

---

[Brötchen](#)

[Essen und Mehr](#)

From:

<https://www.ddws.de/> - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:

[https://www.ddws.de/broetchen:rustkale\\_broetchen?rev=1692511163](https://www.ddws.de/broetchen:rustkale_broetchen?rev=1692511163)

Last update: **20.08.2023 07:59**

