

BURGER-BUNS

MIT WEIZENVORTEIG UND SAUERTEIG

FÜR 16 STÜCK MIT 75G

BACKZEIT: 12 MINUTEN

Zutaten:

Poolish:

100g Weizenmehl T700

100g Wasser

1g Germ

Sauerteig:

100g Roggensauer trocken

100g Roggenmehl T960

100g Wasser (26°C)

Hauptteig:

200g Sauerteig

200g Poolish

500g Weizenmehl T700

140g Wasser zimmerwarm

20g Backmalz

20g Salz

15g Germ

20g Sonnenblumenöl

Knoblauch, Zwiebel, Gewürze nach

Belieben

So wird´s gemacht:

- Zutaten für den Poolish zusammenrühren und bei Zimmertemperatur ca. 20 Std. reifen lassen
- Roggensauer in Wasser auflösen und abgedeckt ebenfalls für 20 Std. reifen lassen
- Für den Hauptteig alle Zutaten zusammenwiegen und in der Maschine für 5 Minuten langsam mischen und für 5 Minuten etwas schneller kneten
- Den Teig in der Rührschüssel zugedeckt für 30 Minuten rasten lassen
- Teig in 75g Stücke auswiegen, es sollten 16 Stück werden, rund wirken
- Teiglinge 30 Minuten rasten lassen und wie gewünscht formen
- Wieder für 30 Minuten zugedeckt gehen lassen, währenddessen den Backofen auf 250°C vorheizen
- In den Backofen schieben, Dampf erzeugen, auf 240°C zurückschalten und 12 Minuten backen

TIPP: Wer keinen Dampfbackofen hat, einfach eine hitzebeständige Schale (oder ein zweites Backblech) aufheizen. Sobald das Gebäck ins Backrohr kommt, Schale mit Wasser füllen, Ofen schließen und nicht mehr öffnen.