

# Sonntagsbrötchen ohne Kneten

Für 8 Stück



## Für den Teig:

370 g Wasser  
5 g frische Hefe  
400 g Weizenmehl (Type 550)  
100 g Weizenvollkornmehl  
10 g Salz  
10 g Olivenöl  
1 TL Honig

1. Am **Vorabend**: Für den Brötchenteig das Wasser in eine Rührschüssel geben und die Hefe darin auflösen. Restliche Zutaten zugeben und mit einem Kochlöffel oder mit den Händen so lange mischen, bis das Mehl gebunden ist und keine Mehlnester mehr vorhanden sind.
2. Den Teig abgedeckt in einer leicht geölten Teigwanne oder Schüssel für 10-14 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.
3. Am **Backtag**: Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen, am besten zusammen mit einem Backstahl.
4. Die Arbeitsfläche gut bemehlen. Den Teig aus der Teigwanne bzw. Schüssel auf die Arbeitsfläche gleiten lassen. Dafür die Teigwanne bzw. Schüssel einfach umdrehen und warten, bis der Teig rausflutscht. Die Teigoberfläche leicht bemehlen und den Teig mit den ebenfalls leicht bemehlten Händen vorsichtig in eine rechteckige Form ziehen. Anschließend 8 Rechtecke abstechen, ohne dabei Luft aus dem Brötchenteig zu drücken.
5. Für eine rustikale Brötchen-Form je einen Teigling nehmen und die jeweils gegenüberliegenden Ecken/Enden greifen. Etwas langziehen und in der Mitte übereinanderschlagen. Auf ein mit Backpapier belegtes Brett legen. Mit den restlichen Teiglingen ebenso verfahren
6. Die fertig geformten Brötchen in den Ofen schieben und 18-20 Minuten mit Dampf backen. Nach etwa 10 Minuten die Backofentüre kurz öffnen, um den Dampf abzulassen. Die Ofentemperatur bei Bedarf auf 210 °C reduzieren und die Brötchen ohne Dampf fertig backen. Auf einem Rost auskühlen lassen.