

# SchauAufDieAnderen-Weckerl |

glutenfreiessen.at



## Zutaten 8 Weckerl/Brötchen à 100 g Teigeinwaage

### Poolish:

30 g Buchweizenmehl  
50 g Hafermehl  
100 g Wasser  
0,5 g Trockenhefe oder 1 g frische Hefe

### Quellstück:

26 g Goldleinsamenmehl  
9 g Salz  
100 g kaltes Wasser oder Milch/Pflanzendrink

### Hauptteig:

Poolish + Quellstück + 20 g Sauerteiganstellgut kalt (kann auch weggelassen werden)  
10 g Honig + 20 g Butter + 150 g lauwarmes Wasser  
+ Trockenzutaten: 300 g Mantler Universalmehl  
1 TL Flohsamenschalenpulver  
4 g Trockenhefe

Stockare: 2 - 4 h bei RT  
Stückgare: 30 min  
Backzeit: 10 + 15 min  
Ofen: 235°C, OU-Hitze mit Dampf

1. FR 20:00: Zutaten für den Poolish in der Rührschüssel der Küchenmaschine mischen. 12 h bei RT reifen lassen.
2. FR 20:10: Quellstück herstellen. Dazu das Goldleinsamenmehl mit dem Salz und dem Wasser mischen. Bis zum nächsten Tag bei RT quellen lassen.
3. SA 8:00: Hauptteig herstellen. Dazu das Quellstück, das Sauerteiganstellgut, den Honig und das Wasser zum Poolish geben. Grob mischen. Die Trockenzutaten einwiegen und auf die Nasszutaten geben. Zum Schluss die Butter in kleinen Stücken verteilen. Mit dem Knethaken 4 min auf Stufe 1 (Kenwood) kneten. 10 min Pause. Dann für weitere 4 min auf Stufe 1 kneten.
4. SA 8:20: Den Teig 2 - 4 h bei RT gehen lassen. Rührschüssel mit einem Teller abdecken. Der Teig sollte deutlich an Volumen zunehmen.
5. SA 11:00: Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 8 gleich große Stücke à 100 g teilen. Die Teiglinge schonend rundwirken und mit dem Schluss nach unten auf ein Backpapier setzen. Die Teiglinge etwas flachdrücken. Mit Wasser besprühen und in Mohn und Sesam wälzen. Mit einem scharfen Messer tief einschneiden.
6. SA 11:20: 30 min Stückgare bei RT.
7. SA 11:20: Ofen für 30 min auf 250 °C vorheizen. Von Beginn an eine feuerfeste Schale (Ofenboden) und einen Back-/Pizzastein/ein Ofenblech (mittlere Schiene) mitvorheizen.
8. Die Teiglinge sollten nach der Gare deutlich an Volumen zugenommen haben.
9. SA 11:50: Die Weckerl auf den Backstein transferieren. Ca. 30 ml Wasser in die feuerfeste Schale schütten und die Seitenwände (nicht die Ofenlampe) kräftig mit Wasser besprühen. 10 min bei 235 °C backen. Danach den Dampf ablassen.
10. Für weitere 10 - 15 min bei 235 °C OUH fertig backen. Auf einem Gitterrost auskühlen lassen.