



BURGERBRÖTCHEN

mit Sesam

Informationen:

- Für 8 Burgerbrötchen
- Kostet etwa 0,25 € pro Brötchen
- Die Zubereitungsdauer liegt um die 150 Minuten

Nährwerte pro 100 g im Durchschnitt:

- Kcal: 253
- KJ: 1059
- Fett: 7,9 g
- KH: 37,7 g davon 4,4 g Zucker
- Eiweiß: 7,4 g

Alle Angaben sind Zirka-Werte und ohne Gewähr.

Zutaten:

Für das Sesam-Burger-Brötchen (Bun):

Teig:

- 100 ml lauwarmes Wasser
- 30 ml Vollmilch
- 20 g Zucker
- 1/2 Würfel frische Hefe (21 g)
- 250 g Weizenmehl Typ 550
- 1 TL Salz
- 1 Ei Größe M

- 40 g zerlaufene Butter

Auf den Teig:

- 1 Ei Größe M auf Zimmertemperatur
 - 15 ml Wasser auf Zimmertemperatur
 - 15 ml Milch auf Zimmertemperatur
 - 2 TL Sesam ungeröstet
-

Zubereiten:

Das Burgerbrötchen backen:

- Den Zucker mit dem lauwarmen Wasser in einer Schüssel verrühren. Die Milch dazugeben. Die frische Hefe in die Flüssigkeit bröseln. Alles gut verrühren und rund 15 Minuten ruhen lassen.
- Während die Flüssigkeit ruht, die Butter leicht zerlaufen lassen (in der Mikrowelle, im Ofen oder einem kleinen Topf).
- Nach der Ruhezeit das Mehl durch ein Metallsieb in die Schüssel sieben. Salz drüberstreuen, das Ei und die zerlaufene Butter dazugeben.
- Alles mit einem Knethaken im Küchengerät rund 10 Minuten zu einem glatten Teig kneten.
- Den Teig mit einem sauberen Küchentuch abdecken und 1 Stunde an einem warmen Ort ruhen/gehen lassen.
- Nach der Ruhezeit eine Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen.
- Den Teig mit Hilfe eines Teigschabers aus der Schüssel nehmen und auf der Arbeitsfläche in 8 Teile aufteilen.
- Jedes Teil zu einer Kugel formen. Es kann helfen, auch die Hände mit Mehl zu bestreuen, da der Teig klebt.
- Ein Backblech mit Backpapier belegen und die 8 Kugeln mit ausreichend Abstand auf dem Backpapier verteilen.
- Den Teig wieder mit einem sauberen Küchentuch bedecken und wieder 1 Stunde an einem warmen Ort ruhen lassen.
- Kurz vor dem Ende der Ruhezeit das Wasser, die Milch und das Ei in einer Tasse verrühren. Es ist wichtig, dass die Zutaten nicht kalt sind. Wenn wir damit gleich die Brötchen bestreichen, wollen wir den aufgegangenen Teig nicht mit Kälte erschrecken.
- Den Backofen auf 200°C Ober/Unterhitze vorheizen.
- Nach der Ruhezeit die Brötchen vorsichtig mit der Wasser-Milch-Ei-Mischung bepinseln. Über die bepinselten Stellen jeweils ½ TL Sesam streuen.
- Wenn der Backofen die Temperatur erreicht hat, die Brötchen auf mittlerer Schiene rund 18-20 Minuten goldbraun backen. Je nach Farbe der Brötchen die Backzeit verlängern oder verkürzen.
- Die fertigen Brötchen aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Hinweis:

Wir verwenden Weizenmehl Typ 550, KEIN TYP 405. Mit 405er Mehl geht der Teig nicht so gut auf.