

Österliche Knabber-Brötchen für die ganze Familie

Dieses Rezept habe ich auf www.backenmachtgluecklich.de gefunden. Eigentlich sind diese Brötchen extra für Babys und Kleinkinder erfunden worden, schmecken aber auch Erwachsenen sehr gut!

Zutaten

Für den Hefeteig:

- 400 g Dinkelmehl Type 630 (klappt aber bei Corona-verschuldeter Knappheit auch mit anderen Sorten ;))
- 1 Päckchen Trockenhefe (Falls ihr keine mehr findet, schaut mal, ob es Brot-Backmischungen gibt und fügt der Mischung einfach die fehlenden Zutaten hinzu)
- 80 ml Orangensaft oder Apfelsaft
- 80 ml lauwarmes Wasser
- 50 g Rapsöl
- 100 g Äpfel, geraspelt
- 100 g Karotten, geraspelt

Zum Verfeinern, optional:

- 2 EL Rosinen
- 2 EL Reissirup oder andere Süße (ich habe Ahornsirup genommen)
ACHTUNG: Für Babys unter 12 Monaten keinen Honig!

Zum Wälzen:

- 50 g Haferflocken

Zubereitung

1. Mehl, Trockenhefe, Saft, Wasser, Öl und evtl. Süßungsmittel in eine Schüssel geben. Verrühren und einige Minuten mit der Küchenmaschine oder dem Knethaken des Handmixers kneten. Teig abgedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.
2. Den geraspelten Apfel und die Möhre etwas ausdrücken. Unter den Teig kneten; nach Belieben Rosinen zugeben. Nochmals zugedeckt an einem warmen Ort eine Stunde gehen lassen.
3. Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Aus dem Teig mit den Händen Kugeln formen und diese in den Haferflocken wälzen, dann mit etwas Abstand auf das Blech setzen. Rund 25 Minuten backen.

Frisch sind die Brötchen noch recht feucht, was sich allerdings nach einigen Stunden ändert.

Sie schmecken auch super mit Butter und unserer selbst gezüchteten Kresse aus dem Ostergarten ;)

Übriggebliebene Brötchen lassen sich auch sehr gut einfrieren.