

## Roggenbrötchen Vinschgauer Art Backmischung

### 1000 g netto

Die unten angegebenen Zutaten langsam mit dem Knethaken vermischen und anschließend 2 Minuten im schnellen Gang verkneten. Den Teig 20 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Anschließend den Teig einschlagen und weitere 10 Minuten gehen lassen. Danach können die Brötchen je nach Geschmack portioniert werden (Empfehlung: 1kg Mischung= 13-14 Brötchen á 140g). Die Brötchen rund formen und auf ein Backblech mit Backpapier legen.

Die Brötchen im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.

Elektroherd: mittlere Schiene 230°C / Heißlufttherd: bei 210°C

**Tipp:** -Zur Dampfbildung empfiehlt es sich, ein Gefäß mit Wasser in den Ofen zu stellen.

-Je nach Geschmack können 1-2 EL ganzer Kümmel und/oder 5-10g Brotgewürz in den Teig gegeben werden.

Mischung	Wasser	Hefe
500 g	400 ml	15 g
1000 g	800 ml	30 g

Zutaten: Roggenmehl, Weizenmehl, natürlicher Sauerteig, jod. Salz,

Gewürz: (Koriander, Kümmel, Fenchel), Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1208 kJ (288 kcal)
Fett	1,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	67,2 g
davon Zucker	3,9 g
Eiweiß	9,5 g
Salz	1,9 g
Die Nährwertangaben basieren auf dem Bundeslebensmittelschlüssel und Lieferantenangaben. Wir weisen darauf hin, dass es sich hier um Naturprodukte handelt, die den natürlichen Schwankungen unterliegen.	