

Frühstücksbrötchen

Diese luftigen Brötchen ohne Hefe sind super schnell zubereitet und perfekt für das Sonntags-Frühstück.

etwa 6 Stück



gelingt leicht

bis 20 Minuten



Zutaten:

Für das Backblech:

Backpapier

Quark-Öl-Teig:

250 g Weizenmehl

2 TL Dr. Oetker Original Backin

½ TL Salz

125 g Speisequark (Magerstufe)

50 ml Milch

50 ml Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl

1 Ei (Größe M)

Zum Bestreichen:

Wasser

Weizenmehl

Wie backe ich Frühstücksbrötchen?:

1 Vorbereiten:

Das Backblech mit Backpapier belegen und den Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze etwa 200 °C

Heißluft etwa 180 °C

2 Quark-Öl-Teig zubereiten:

Mehl mit Backin in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) erst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe kurz zu einem glatten Teig verarbeiten. (Nicht zu lange kneten, der Teig klebt sonst!) Teig mit Mehl bestreuen, aus der Schüssel nehmen und auf leicht bemehlter Arbeitsfläche in etwa 6 gleich große Stücke teilen. Aus den Teigstücken Brötchen formen, auf das Backblech setzen und mit Wasser bestreichen und mit etwas Mehl bestreuen. Backen.

Einschub: Mitte

Backzeit: etwa 20 Min.



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

- 3 Brötchen mit dem Backpapier auf einen Kuchenrost ziehen und erkalten lassen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Die Brötchen können auch als Sonne auf ein Backblech gelegt und gebacken werden, nach Belieben mit Sesam-, Mohnsamen etc. bestreuen.
- Die Brötchen lassen sich prima einfrieren. Die aufgetauten Brötchen dann bei Backtemperatur einige Minuten aufbacken.

