


## Laugenbrötchen mit Kürbisgeschmack by meinebackbox.de

 Zubereitungszeit: 1 Std. Back-  
/Ruhezeit: 2 Std

 8 Stück



## Zutaten

---

15 g frische Hefe  
225 g Wasser  
350 g Mehl Type 550  
1 Pck. Pumpkin Spice  
1 TL Salz  
1 EL Grafschafter Karamell  
35 g Butter weich  
80 g Sonnenblumenkerne  
1,5 l Wasser  
70 g Natron

## Zubereitung

Für den Hefeteig 15 g frische Hefe in 225 g lauwarmem Wasser vollständig auflösen. 350 g Mehl mit 1 Pck. Bio Pumpkin Spice und 1 TL Salz in einer Schüssel vermischen. In der Mitte eine Mulde formen. Das Hefe-Wasser-Gemisch in die Mulde füllen und mit etwas Mehl vom Rand vermischen. 1 EL Grafschafter Karamell und 35 g weiche Butter hinzugeben. Für 5-10 Minuten verkneten, bis sich der Teig leicht vom Schüsselrand und Knethaken löst. Eine Schüssel mit Mehl bestäuben. Den Teig hineingeben und mit einem Tuch abgedeckt für 30-40 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Den Teig nochmal kurz auf einer bemehlten Arbeitsfläche durchkneten. 60 g Sonnenblumenkerne unterkneten.

In 8 Teile à ca. 87 g aufteilen. Auf der bemehlten Arbeitsfläche mit der flachen Hand rollen und somit zu kleinen Brötchen rundwirken.

Bäckergarn in ca. 20 cm Stücke schneiden (insgesamt 32 Stück). Für jede Teigportion 4 Stück Garn übereinander sternförmig gekreuzt auf der Arbeitsfläche auslegen. Eine Teigkugel in die Mitte des Garns legen und jeweils die zwei Enden eines Garnstücks mit einem Doppelknoten locker zusammenbinden, dabei den Teig nicht zu fest einschnüren.

Sobald alle 4 Knoten gebunden sind, die überschüssige Schnur abschneiden. Anschließend die Teigkugel, mit den Knoten nach unten zeigend, auf ein Backpapier legen und mit einem Tuch abdecken. Mit den restlichen Brötchen ebenso verfahren und mit Abstand aufs Backpapier setzen. Je nachdem, wie weit die Brötchen aufgegangen sind, ggf. nochmal 10-20 Minuten gehen lassen.

Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Eine große ofenfeste Schale hinein stellen und mit aufheizen. 20 g Sonnenblumenkerne grob hacken. In einem großen Topf 1,5 l Wasser aufkochen lassen. Hitze runter drehen, sodass es nur noch siedet. 70 g Kaiser-Natron zugeben (Achtung schäumt!). Erstes Brötchen mit der Oberseite (ohne Knoten) vorsichtig auf eine Schöpfkelle „kippen“ und in den Topf geben, sodass die Oberseite nach unten in der Lauge schwimmt. Für 20 Sekunden schwimmen lassen. Dann umdrehen und nochmal 20 Sekunden schwimmen lassen. Vorsichtig aus dem Wasser heben und mit

der Knotenseite nach unten auf das Backblech setzen. Die grob gehackten Sonnenblumenkerne darüber streuen und leicht festdrücken. Mit den restlichen Brötchen ebenso fortfahren, dabei in der Reihenfolge vorgehen, wie sie unwickelt wurden.

Die Brötchen in den Backofen schieben. Wasser in die große Schale geben, damit ordentlich Wasserdampf entsteht (Achtung heiß!). Ofentür schnell schließen. Für 15-20 Minuten backen, bis sie gut gebräunt sind.

Dieses Rezept ist in Kooperation mit © Meine Backbox entstanden - [www.meinebackbox.de](http://www.meinebackbox.de)