

# Mohn-Sesambrötchen Glutenfrei

## Zutaten für 9 Stück à 80 g:

### Quellstück:

10 g Flohsamenschalen  
ca. 350 g Wasser (kalt)

### Hauptteig:

100 g Reismehl (fein)  
100 g Naturreis  
(fein gemahlen)  
75 g Kartoffelstärke  
75 g Tapiokastärke  
10 g Salz  
5 g Xhantan  
360 g Quellstück  
10 g Hefe  
ca. 30 g Wasser  
5 g Brotgewürz  
(nach Geschmack)  
5 g Honig  
15 g Öl

---

780 g Gesamtteig

## Zubereitung:

### Quellstück:

Das Wasser mit Flohsamenschalen verrühren und mindestens 60 Minuten quellen lassen.

### Hauptteig:

Zuerst alle trockene Zutaten miteinander vermischen. Die Hefe fein zerbröseln und im Wasser auflösen. Zuletzt alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten.

### Knetzeiten

|                  |  |
|------------------|--|
| 1-Gang Maschine: | 6 Minuten                              |
| 2-Gang Maschine: | 4 Minuten langsam<br>2 Minuten schnell |
| NOVA:            | 2 Minuten Stufe 2<br>7 Minuten Stufe 4 |

Bei den Angaben handelt es sich um Richtwerte

Anschließend bei Raumtemperatur ca. 45 Minuten gehen lassen.

Den Teig nach der Teigruhe zu Portionen à 80 g abwiegen und mit nassen Händen zu Brötchen formen. Beliebig die Brötchen in Mohn oder Sesam wenden und auf mit Folien ausgelegtes Blech setzen.

Den Brötchenstempel auf das Brötchen platzieren, tief eindrücken und ca. weitere 20 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen. Anschließend nach Anleitung backen.



Im Holzbackofen:  
Bei 280°C einschießen  
Backzeit: ca. 20–25 Minuten



Im Elektro-Steinbackofen:  
Oberhitze: 290°C  
Unterhitze: 190°C  
Backzeit: ca. 20–25 Minuten  
Ofen eingeschaltet lassen



Im Haushaltsbackofen:  
Bei 240°C einschießen  
Backzeit: ca. 20–25 Minuten