



Apfelbrötchen

Zeit gesamt
2h 30min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 12 Portionen

Milch	150 ml
Hefe, frisch	42 g
Rohrzucker	70 g
Dinkelmehl, Type 630	525 g
Salz	
Zimt	0.5 TL
Eier	1 St.
Butter	50 g
Apfelmus	150 g
Äpfel, grün	1 St.

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Schüssel, kleiner Topf, Backblech mit Backpapier, grobe Reibe

1. In einem Topf Milch lauwarm erwärmen. Hefe zerbröckeln und mit 1 EL Zucker darin auflösen. 10 Min. zugedeckt gehen lassen. In einer Schüssel 500 g Mehl, Salz, Zimt, übrigen Zucker, Ei, Butter und Apfelmus mit der Hefemilch glatt verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen.
2. Apfel schälen, vierteln, entkernen und grob raspeln. In einer Schüssel mit übrigem Mehl mischen, kurz unter den Teig kneten und erneut ca. 30 Min. gehen lassen.
3. Ofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Mit etwas Mehl bestäuben und in 12 Portionen teilen. Mit bemehlten Händen vorsichtig zu ovalen Brötchen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Nochmals ca. 5 Min. gehen lassen.
4. Apfelbrötchen im vorgeheizten Backofen ca. 20 Min. goldbraun backen. Abkühlen lassen.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Bevor ihr die Brötchen in den Ofen gebt, könnt ihr sie mit Milch bestreichen, so glänzen sie mehr.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 239 kcal

Kohlenhydrate 41 g

Eiweiß 7 g

Ballaststoffe 2 g

Fette 5 g
