Müslibrötchen

Zeit gesamt
2h

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 12 Portionen

Hefe, frisch	0.5 St.
Wasser	400 ml
Brauner Zucker	1 TL
Dinkelmehl, Type 630	500 g
Knusper Müsli	100 g
Salz	1 TL

Zubereitung

Küchenutensilien

große Schüssel, Backblech mit Backpapier

1. Hefe in eine Schüssel in lauwarmes Wasser bröckeln, mit 1 EL Zucker auflösen. Hefewasser zugedeckt ca. 10 Min. gehen lassen. Anschließend in einer Schüssel mit Mehl, Müsli und Salz verkneten. Erneut zugedeckt 1 Std. gehen lassen.

2. Ofen auf 220 °C (Umluft) vorheizen. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche vorsichtig zu einem langen Strang formen. In 12 Stücke schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Zugedeckt 15 Min. gehen lassen.

3. Müslibrötchen im Backofen ca. 18–20 Min. knusprig backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	184 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	2 g