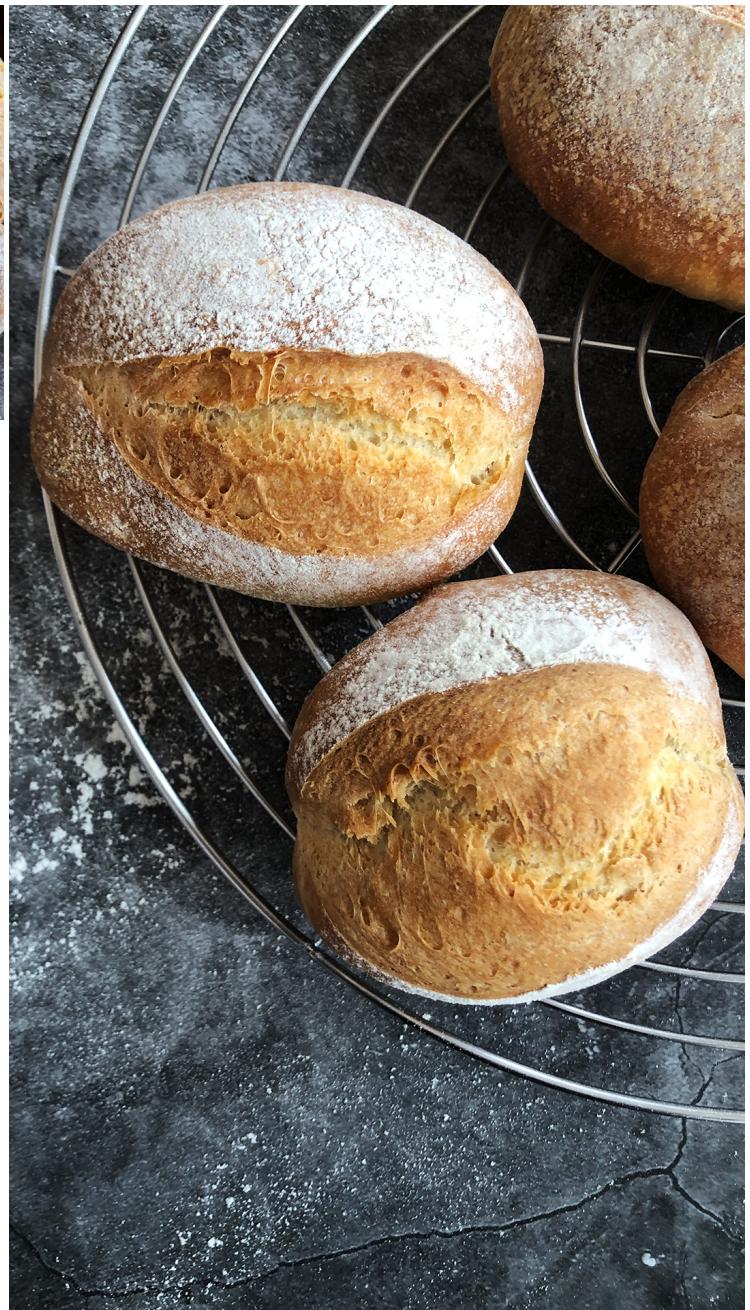


# BRÖTCHEN IM SCHLAF BACKEN - EINFACH UND STRESSFREI

Vorbereitungszeit: 30 Min. | Backzeit: 20 Min. |  
Stockgare 1 Std. | Stückgare 10-12 Std.



Brötchen mit Übernachtgare backen ist einfach und stressfrei. Der Teig wird am Vorabend geknetet und geformt. Dann ruht er im Kühlschrank und geht langsam über Nacht. Morgens können die Brötchen dann direkt aus dem

Kühlschrank genommen und gebacken werden. Sollten sie noch nicht die nötige Gare erreicht haben, lässt man sie einfach ausserhalb des Kühlschranks noch etwas gehen.

Die Vorteile der Übernachtgare im Kühlschrank sind:

1. Keine Arbeit am Backtag.
2. Mehr Bekömmlichkeit und bessere Frischhaltung der Brötchen.
3. Teig kann auch mal ein paar Stunden länger im Kühlschrank bleiben, man ist also deutlich flexibler, was den Backzeitpunkt angeht.

## Schritt 1

Wasser in eine Knetschüssel geben und Hefe und Zucker darin auflösen. Mehl und Butter dazugeben und 3 Minuten auf Stufe 1 verarbeiten. Danach auf Stufe 2 hochschalten und weitere 7 Minuten kneten. Nach insgesamt 5 Minuten auch das Salz dazugeben und fertigkneten.

Der Teig kann natürlich auch von Hand geknetet werden. Die Knetzeit ist etwa die gleiche.

## Schritt 2

Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen.

## Schritt 3

Anschließend den Teig in 8 Teiglinge á etwa 100 g portionieren. Teiglinge Flachdrücken und zu länglichen Brötchen straff aufrollen (siehe Video [5:04](#)). Teiglinge mit Mehl bestäuben und auf ein Blech mit Backpapier legen. Die Zwischenräume des Papier hochziehen, so dass sich die Brötchen gegenseitig stützen. Mit einem sauberen [Leinen-\\*](#) oder Baumwolltuch abdecken und zusätzlich mit Klarsichtfolie oder einem umgedrehten Backblech abdecken. Im Kühlschrank bei 5-6 °C für mindestens 10 Stunden gehen lassen. Sollten sie am Morgen noch nicht weit genug gegangen sein, lässt man sie einfach noch bei Zimmertemperatur etwas gehen.

## Schritt 4

Backofen auf 240 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ich verwende hier einen [Pizzastahl\\*](#), ein Pizzastein funktioniert auch sehr gut. Alternativ kann man auch ein Backblech vorheizen. Ich habe sie auch schon direkt auf dem Blech gebacken, auf dem ich sie im Kühlschrank hatte. Dann wird nur der Boden nicht so kross und sie gehen auch etwas weniger auf. Beim Einschieben der Brötchen die Temperatur auf 220 °C herunterdrehen und die Brötchen für ca. 20 Minuten backen, bis sie schön goldbraun sind.

Wenn Ihr wissen wollt, wie ihr aus Brötchen auch einfach Aufbackbrötchen vorbereiten könnt, dann schaut euch dieses Kurze Video an: [Aufbackbrötchen selber machen](#)

Das eignet sich auch perfekt, wenn man nicht so viele Brötchen auf einmal braucht. So kann man einen Teil einfrieren.

Wer [Brötchen ohne kneten](#) und Knetmaschine probieren möchte, der sollte dieses Rezept unbedingt ausprobieren.

\* Mit dem Kauf dieser Produkte bekomme ich eine kleine Provision. Ihr unterstützt damit meinen Kanal. Für euch bleibt der Preis allerdings gleich, es kostet also nicht mehr.

### Meine Pfannen und Töpfe\*:

#### **Brötchen im Schlaf backen**

### **Rezept für 8 Brötchen (á ca. 100 g):**

- 500 g Weizenmehl Typ 550 oder Dinkelmehl Typ 630
- 300 g Wasser (ca. 20 °C)
- 6 g frische Hefe
- 10 g Zucker oder Honig

- 20 g Butter oder Olivenöl
- 12 g Salz

Wie gefällt dir das Rezept?

Klicken Sie auf einen Stern, um dieses Rezept zu bewerten!

Bewertung abgeben

Durchschnittliche Bewertung 4.3 / 5. Anzahl der Bewertungen 524

Bisher noch keine Bewertung! Seien Sie der Erste, der dieses Rezept bewertet.

### [Mein Backbuch\\*:](#)