

BRÖTCHEN BACKEN OHNE KNETEN

Vorbereitungszeit: 20 Minuten | Backzeit: 20 Minuten |
Gehzeit: 8-10 Stunden | Leicht | 9 Stück



Brötchen ganz einfach selber backen, ohne kneten? Das ist gar nicht so schwer.

Der Teig wird zum Beispiel abends vor dem schlafen gehen zusammengerührt und abgedeckt bei Zimmertemperatur bis zum Morgen stehen gelassen. Morgens muss man die Brötchen nur noch formen, kurz gehen lassen und backen. Fertig sind frische, duftende und knusprige Brötchen.

Ich backe die Brötchen hier mit Dinkelmehl, aber Weizenmehl funktioniert genauso gut.

Was bedeuten "ohne Kneten"?

Bei dieser Art von Brötchen oder auch Broten reden wir von Rezepten "ohne kneten" oder auch im Englischen "no knead bread". Das ist eine Definitionsache, da man in der Bäckerfachsprache zwei Phasen in der Teigzubereitung unterscheidet. Zuerst kommt die sogenannte Mischphase, in der trockene Zutaten mit der Flüssigkeit vermischt werden. In dieser Phase findet noch keine Kleberentwicklung (Glutenentwicklung) statt. Erst nach der Mischphase reden wir von kneten, wenn das Gluten im Teig sich langsam durch das Kneten entwickelt und der Teig somit elastisch wird.

Bei Brötchen oder Broten ohne kneten findet diese Kleberentwicklung nicht mechanisch durch den Knetvorgang statt, sondern sie passiert von ganz alleine. Um den Kleber ohne kneten zu entwickeln muss der Teig allerdings mehrere Stunden gehen. Am besten sogar über Nacht.

Hier findet ihr noch ein [Brot ohne kneten](#).

Schritt 1

Wasser in eine Schüssel geben und die Hefe mit einem Schneebesen darin auflösen. Das Öl dazugeben. In einer separaten Schüssel Mehl und Salz vermischen und zu der Flüssigkeit geben.

Schritt 2

Alles so lange von Hand oder mit einem Holzlöffel verrühren, bis das komplette Mehl gebunden ist und keine Mehlnester mehr vorhanden sind. Dann den Teig luftdicht abdecken und über Nacht bei Zimmertemperatur gehen lassen. (8-10 Stunden)

Schritt 3

Am Morgen den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, zusammenfalten und 9 Portionen á 90 g abstechen. Die Teiglinge zu Brötchen schleifen bzw. rundwirken. Dazu am besten nochmal das [Video anschauen](#). Teiglinge auf einem mit Backpapier ausgelegtem Blech mit ausreichend Abstand verteilen. Abgedeckt mit einem Tuch nochmals 30-45 Minuten gehen lassen. In der Zeit den Ofen auf 250 C° Ober-/Unterhitze vorheizen. In den Boden des Ofens ein feuerfestes Blech oder eine Pfanne stellen, um später etwa 50 ml heißes Wasser für die Dampfbildung hinzugeben zu können (Vorsicht bei Porzellan- oder Glasgefäßen, die können platzen).

Schritt 4

Die Brötchen mit einem scharfen Messer einschneiden. Mit Wasser besprühen, alternativ einpinseln oder mit einer feuchten Hand befeuchten.

Schritt 5

Auf mittlerer Schiene einschieben, heißes Wasser in das Blech gießen und die Tür schnell schließen. Etwa 20 Minuten backen oder bis sie schön goldbraun sind.

Probiert auch die [Brötchen im Schlaf](#) aus! Hier gehen die bereits geformten Brötchen im Kühlschrank über Nacht und müssen morgens nur noch gebacken werden.

* 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. Danke für eure Unterstützung!

Die besten Brötchen backen, ganz einfach / ohne kneten - no knead / Thomas kocht

Tipps

Um Brote oder Brötchen einzuschneiden, eignet sich ein scharfes Sägemesser oder eine Rasierklinge sehr gut.

Die Gehzeiten sind nur ein Richtwert und sehr stark Temperaturabhängig. Im Sommer kann es deutlich schneller gehen als im Winter.

Zutaten

- 500 g Dinkelmehl Typ 630 oder Weizenmehl Typ 550 (405 geht notfalls auch)
- 300 g kaltes Wasser
- 20 g Olivenöl oder (Sonnenblumenkernöl, Rapsöl)
- 10 g Salz
- 1 g frische Hefe oder 0,5 g trockene Hefe

Wie gefällt dir das Rezept?

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

Bewertung abgeben

Durchschnittliche Bewertung 4.4 / 5. Anzahl der Bewertungen 1620

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

Mein Backbuch*: