



Glutenfreie Frühstücksbrötchen



Brot, Glutenfrei, Glutenfreie Brötchen

Vorbereitungszeit: 50 Min **Kochzeit:** 20 min

Schwierigkeitsgrad: Leicht **Portionen:** 8 Brötchen **Quelle:**
malteotten.de

ZUTATEN

700 g Mehl, glutenfreies, hell
1 TL Backpulver
2 TL Zucker
2 TL Salz
1 Würfel Hefe
400 ml Wasser
300 g Magerquark
4 EL Rapsöl
2 Eigelb
4 EL Milch
Sesam und Mohn

ZUBEREITUNG

Das Mehl mit Backpulver, Zucker und Salz in die Rührschüssel geben und vermischen. Dann eine Mulde hineindrücken, und die Hefe hinein bröseln. Auf die Hefe das lauwarme Wasser geben, und etwas mit Mehl verrühren. Nun noch den Quark und das Öl zufügen und alles gut miteinander kneten lassen. Die Schüssel abdecken und den Teig 30 Minuten ruhen lassen.

Auf eine Unterlage etwas Mehl streuen und den Teig mit der Teigkarte auf das Mehl kippen. Von Hand noch einmal kurz durchkneten, dann 8 gleichgroße Stücke abschneiden. Zu Kugeln rollen unter der Hand und erst aufhören, wenn die Oberfläche relativ glatt ist.

Die Teiglinge auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen, und noch mal abgedeckt gut 20 Minuten ruhen lassen.

Jetzt das Eigelb mit der Milch verquirlen und die Brötchen damit einpinseln. Nach Geschmack mit Sesam oder Mohn bestreuen, sie schmecken aber auch ohne Körner. Dann bei 180 Grad Umluft 20 Minuten backen.