

# Weizenbot mit Kräuterfüllung

Gebäck » Brot&Brötchen

## Zutaten (24 Scheiben)

- » 1 Würfel Hefe
- » 1TL Zucker
- » 350g Weizenmehl (Type 550)
- » 150g Weizenvollkornmehl
- » 2 gestr. TL Salz
- » 1 Bd. Lauchzwiebel(n)
- » 100g Buchweizen (Körner)
- » 2EL Butter/Margarine
- » 1/2 Bd. Petersilie

## Bewertung



### Beschaffung

guten Supermarkt



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

61-90min

## Zubereitung

1. Hefe mit 200ml lauwarmem Wasser, Zucker, 1EL Weizenmehl verrühren. Vorteig zugedeckt ca. 15min gehen lassen.

2. Übriges Weizenmehl, Vollkornmehl, Salz, Vorteig und 100ml lauwarmes Wasser mit dem Handrührgerät zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in ca. 5min zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt ca. 30min gehen lassen.

3. Frühlingszwiebeln abbrausen, trockentupfen, putzen, längs halbieren, quer in feine Streifen teilen. Buchweizen in der Butter 10min dünsten, Zwiebeln zufügen, salzen, kurz mitdünsten. Petersilie unterziehen und die Masse abkühlen lassen.

4. Teig gut durchkneten, zu einem Rechteck 50x25cm ausrollen. Mit der Zwiebelmasse bestreichen, von der kurzen Seite her aufrollen. In einen gewässerten gefetteten Tontopf geben und mehrfach einschneiden. 30min gehen lassen. In den kalten Ofen geben, bei 200°C ca. 40min backen. (Ersatzweise in einer gefetteten Kastenform backen)

Nährwerte: 100kcal/E3g/F2g/KH18g pro Scheibe

angelegt am: 13.09.2002

Rezept-Nr: 128

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke