

Vinschgauer mit Walnüssen

Zutaten für 9 Brötchen

Sauerteig

- 75g Roggenvollkornmehl
- 75g Wasser
- 3 EL Roggen – ASG

Am Vorabend verrühren und reifen lassen.

Brühstück

- 180g 6-Korn-Schrot
- 200ml kochendes Wasser

Schrot mit kochendem Wasser übergießen und über Nacht abgedeckt quellen lassen.

Hauptteig

- 1 Würfel Hefe
- 200ml Wasser
- 2 EL Rübensirup
- Sauerteig (3 EL fürs nächste mal abnehmen)
- Brühstück
- 300g Roggenvollkornmehl
- 100g Weizenmehl Type 405
- 20g Salz
- je 1/2 TL Fenchel, Anis, Koriander und Kümmel
- 100g Walnusskerne

Walnüsse anrösten und grob hacken.

Hefe und Rübensirup in lauwarmem Wasser auflösen. Sauerteig und Brühstück einrühren. Mehl, Salz, Gewürze und Nüsse zugeben und alles gut verkneten. Für 2h abgedeckt ruhen lassen.

Dann Teiglinge á 150g abwiegen und rund schleifen. Mit Mehl bestäuben und für 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Bei 200° für 25-30 Minuten backen.