

Käsebrötchen



Rezept und Foto von Alexandra Müller-Ihrig
(www.sinnreichleben.de – Ernährungsberatung)

Zutaten:

150 g Mehl 550

225 g Mehl 1050

1 Würfel Hefe

250 ml warmes Wasser

250 g Tilsitter oder anderer geriebener Käse

1 TL Zucker

1,5 TL Salz

Für den Belag:

100 g Tilsitter oder anderer geriebener Käse

1 Ei

etwas Milch

Zubereitung:

Hefe mit Zucker im warmen Wasser auflösen. Mehle in einer Schüssel mischen und in der Mitte eine Vertiefung herstellen. Hefewasser hinzufügen. 10 Min bei Zimmertemperatur gehen lassen. 150 g in Streifen raspeln/reiben. Diese mit den restlichen Zutaten dem Mehl hinzufügen. Ca. 10 Min zu einem Teig kneten.

30 Min an einem warmen Ort gehen lassen. Auf einer bemehlten Fläche nochmals den Teig gut durchkneten. Falls dieser noch

klebrig ist, weiteres Mehl unterkneten. Aus dem Teig Brötchen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Die Brötchen weitere 20 Min zugedeckt gehen lassen. Das Ei mit etwas Milch verrühren und die Brötchen damit leicht bestreichen und den restlichen Käse darauf verteilen. Bei 180 G ca 20 Min backen.