

# **Kefir-Weizenbrötchen**

## **Einfache Kefir-Weizenbrötchen**

Diese einfachen Kefir-Weizenbrötchen gibt es bei uns sehr oft. Von außen sind die Brötchen schön knusprig und von innen super soft. Eines meiner absoluten Lieblingrezepte für einfache Weizenbrötchen. Den Teig bereite ich in der Regel direkt am Morgen zu. So steht dieser dann den Vormittag über in der Küche und ich gehe zwischendurch nur kurz hin, um ihn zu dehnen und falten. Das ist super praktisch und macht wirklich nicht viel Arbeit. Der Teig ist im Anschluss schön fluffig und weich und lässt sich gut verarbeiten.

Diesmal hatte ich keine Lust auf viel Schnick-Schnack und habe den fertigen Teig zu einfachen Brötchen verarbeitet. Aber auch Körnerbrötchen, Käsebrötchen oder Zwiebelbrötchen, lassen sich aus diesem Teig super gut zubereiten. Und wenn ihr mal keine Lust auf Brötchen habt, könnt ihr den Teig auch zu einem Brotlaib formen und euch so, ein richtig knuspriges Weißbrot backen.

## **FrISChe knusprige Weizenbrötchen mit Kefir**

Für den Hefeteig die Hefe zerbröseln und zusammen mit dem Wasser und dem Honig in eine Schüssel geben. Gut verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat. Mehl, Kefir und das Salz dazu geben und grob zu einem Teig vermengen. Dann 30 g Öl dazu geben und alles für gute 10 Minuten zu einem geschmeidigen und weichen Teig verkneten. Das restliche Öl in eine Schüssel geben, den Teig darin wenden und abgedeckt für 3 Stunden gehen lassen. Nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und

falten.

Den Teig auf die Arbeitsfläche geben, in 16 gleichgroße Portionen teilen und zu gleichmäßigen Bällchen schleifen. Anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und abgedeckt für weitere 30 Minuten gehen lassen. Währenddessen den Backofen auf 220°C Umluft oder 240°C Ober- & Unterhitze vorheizen. Die Teiglinge in den vorgeheizten Backofen geben, etwa 30 ml kaltes Wasser auf den heißen Backofenboden gießen und die Tür zügig schließen. Für etwa 10-12 Minuten goldbraun backen. Die heißen Brötchen nach Belieben mit etwas Wasser besprühen und vollständig auskühlen lassen.

**Hier findet ihr weitere Rezept-Ideen für Brot & Brötchen zum ausprobieren & nachmachen**



**Dinkel-Joghurt-Brot**



**Protein Pfannenbrot mit Käse**



**Einfaches Weizen-Sauerteigbrot**



**Einfaches Dinkel-Sauerteigbrot**



## **Weizen-Sauerteigbrot ohne Hefe**



## **Luftige Weizenbrötchen**

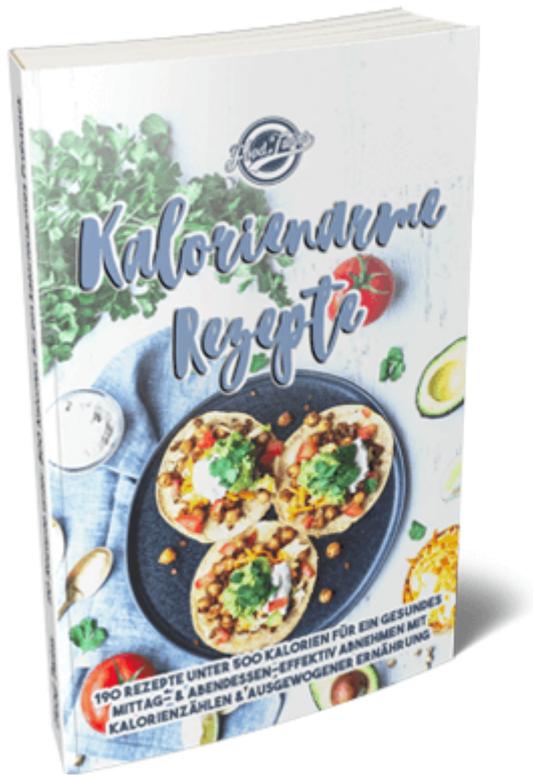


## **Dinkel-Zwiebel-Baguette**



## **Laugenkonfekt**

---



Neuerscheinung

## Kalorienarme Rezepte

190 Rezepte unter 500 Kalorien  
für ein gesundes Mittag- & Abendessen

Ab sofort als eBook  
& Taschenbuch erhältlich!

[mehr Infos zum Buch](#)