



Bäckersemmeln

Zutaten:

- 500 g Weizenmehl 550
- 280 g Wasser
- 10 g Hefe
- 50 g Lievito madre – alternativ 5 g Hefe mehr
- 15 g Salz
- 15 g Agavendicksaft oder Honig
- 15 g Margarine



Zubereitung:

- Wasser, Hefe und Lievito Madre in der Teigschüssel gut vermischen bis sich die Hefe und die Lievito komplett aufgelöst haben.
- Restliche Zutaten hinzufügen und für 4-5 Minuten kneten lassen. Der Teig sollte sich gut vom Rand lösen und nicht sonderlich klebrig sein
- Den Teig in eine bemehlte Nixe / Edelstahlschüssel geben und mit Deckel gehen lassen bis sich das Volumen verdoppelt hat
- Den gegangenen Teig auf die leicht bemehlte Teigunterlage kippen und 8 gleich große Teiglinge abstechen, dann die Teiglinge rund wirken und gut auf Spannung bringen, dann etwas länglich formen (am Besten krempeln)
- Die Semmeln kopfüber zuerst in eine Schüssel mit Wasser, dann nach Bedarf in Sesam, Mohn oder Sonnenblumenkerne tunken.
- Die Semmelteiglinge etwa 15 min abgedeckt gehen lassen, dann mit einem scharfen Messer der Länge nach einschneiden.
- **Den Backofen auf 240 °C Ober-/Unterhitze vorheizen, Backrost wie immer ganz nach unten**
- Dann die Semmeln in die Ofenhexe setzen, die Oberfläche des Zaubersteins etwas anfeuchten und als Deckel auf die Ofenhexe setzen, so in den heißen Ofen schieben.
- Nach ca. 15 Minuten den Zauberstein-Deckel abnehmen und die Semmeln für ca. 5-7 Minuten ohne Deckel fertig backen.
- **TIPPS**
 - Diese Semmeln kannst du auch sehr gut über Nacht gehen lassen. Dazu die Hefe halbieren (6g bzw. 9 g) und nach dem Kneten gleich formen, in Wasser und die Saaten tauchen, in die Ofenhexe legen und sofort gut abgedeckt (am Besten mit einem Stretchfit) in den Kühlschrank geben. Die Temperatur sollte zwischen 5 °C – 7°C liegen.
 - Am Morgen aus dem Kühlschrank nehmen, den Backofen vorheizen, Stretchfit gegen Zauberstein tauschen und nach 10-15 Minuten wie oben beschrieben backen.

Kontakt Daten:

Beate Sing

☎0151/11 22 71 21

✉beate@saugvad-und-lecker.de

🌐 www.saugvad-und-lecker.de

<https://www.pamperedchef.eu/sing>