

Kaisersemmeln, Salzstangerl & Toastbrot

 **glutenfrei**



Zutaten:

Für ca. 10 Semmeln:
 500 g Finax Universal Mehl
 10 g Salz
 2 TL Psyllium (Flohsamen gemahlen)
 5 g Zucker
 20 g Butter (handwarm)
 30 g frische Germ
 90 g Milch
 250 g Wasser 30° C

Zubereitung:

Alle Zutaten genau einwiegen und den Teig mit einer Küchenmaschine ca. 6 Min. kneten. Anschließend 15 Min. zugedeckt rasten lassen. Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und Teigstücke zu 75 g auswiegen. Teigstücke rund formen (schleifen) und mit Staubmehl gut bemehlen. Teigkugeln mit einem Geschirrtuch abdecken und weitere 15 Min. bei Raumtemperatur gehen lassen. Teigkugeln mit der Hand etwas flach drücken. Den Teig fünfmal einschlagen und zu Kaisersemmeln formen. Mit der Sternform nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und zugedeckt 30 Min. bei Raumtemperatur gehen lassen, davor leicht mit Wasser befeuchten.

Den Backofen auf 220 ° C Heißluft vorheizen. Semmeln vor dem Backen vorsichtig umdrehen, gut mit Wasser besprühen und in den Backofen schieben. Mit viel Dampf (während des Backens ein hitzebeständiges Gefäß mit Wasser in den Ofen stellen) mit 210 ° C goldbraun backen.

Gutes Gelingen wünscht das Team von

Vital Gourmet

