



Bio-Bauer Walter serviert: Apfelbrötchen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten (10 Brötchen)

- 500 g frisch gemahlene Bio-Dinkelmehl
- 1 TL Vollmeersalz
- 350 ml lauwarmes Wasser
- 20 g Hefe
- 1 TL Zimt
- 1 EL Anis
- 2 EL Honig
- 50 g Butter
- 3 Pinova Äpfel
- 2 EL Sultaninen
- 5 getrocknete Datteln
- 5 getrocknete Feigen
- 2-3 EL Fettsamen (Haselnüsse, Kürbiskerne oder Sonnenblumenkerne)

Zubereitung



BIOSÜDTIROL

Die Äpfel waschen und in Würfel schneiden. Zimt, Anis, Sultaninen, Datteln, Feigen und Fettsamen dazugeben. Das Mehl in eine Schüssel geben und salzen. Wasser, Hefe und Honig verrühren, dem Mehl beimengen und alles gut verkneten. Nun das Apfelmischung und die Butter verkneten. Der Teig sollte weich und nicht zu fest sein. Den Teig in eine Schüssel geben und gehen lassen bis er doppelt so hoch ist. Mit einem Löffel Portionen abstechen, in Mehl wälzen und auf ein bemehltes Backblech legen. Zugedeckt nochmals gehen lassen und dann in das auf 250 Grad vorgeheizte Backrohr (Umluft) schieben. Nach 5 Minuten auf 180 Grad reduzieren und weitere 25 Minuten backen. Zum Auskühlen auf ein Gitter legen und mit einem Lächeln servieren.

Walters Tipp

Besonders lecker sind die Apfelbrötchen mit Butter und Honig zum Frühstück. Guten Appetit!