

# Kartoffelbrötchen

(10 Stück)

Menge	Zutat
400 g	Pellkartoffeln, mehlig oder vorwiegend festkochend
½ Würfel	Frische Hefe
30 ml	Rapsöl (≙ 3 EL)
125 ml	Wasser, lauwarm
1 TL	Jodsalz
450 g	Vollkornmehl
50 g	Weißmehl (≙ ca. 3 gehäuften EL)
	Samen (z. B. Sesam, Leinsamen, Sonnenblumen-, Kürbiskerne) und/ oder Haferflocken zum Bestreuen

## So wird's gemacht:

- Pellkartoffeln pellen und fein stampfen, dann mit Hefe, Öl, Wasser und Salz verrühren.
- Mehl zugeben und alle Zutaten gut miteinander verkneten.
- Teig ca. 1 Stunde gehen lassen.
- Backofen auf 200 °C vorheizen (Ober- und Unterhitze).
- Aus der Masse (mit bemehlten Händen) ca. 10 gleichgroße Teiglinge formen, mit Körnern bestreuen und auf ein eingefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen; noch einmal 15 Minuten gehen lassen.
- Die anschließende Backzeit beträgt ca. 25 Minuten.
- Brötchen im Backofen bei leicht geöffneter Tür auskühlen lassen.

## Tipp zur Zubereitung:

Die Backzeit reduziert sich entsprechend bei kleiner geformten Brötchen.

Der Teig eignet sich ebenfalls gut, in einer Kastenform abgebacken zu werden (Backzeit ca. 45 Minuten).

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

Vernetzungsstelle Kitaverpflegung Niedersachsen

Langer Hof 6  
38100 Braunschweig

www.kitavernetzungsstelle-niedersachsen.de  
E-Mail: kitavernetzung@vzniedersachsen.de  
Tel.: 0531 618310-31

verbraucherzentrale

Niedersachsen