

Wichtiger Hinweis: Dieses Rezept ist für die Weglassphase geeignet. Bitte passe es aber dennoch der individuellen Verträglichkeit deines Kindes an.

Süsse Safran-Brötchen

Zutaten

500 g Dinkelmehl
 1 ½ TL Salz
 10 g Reissirup
 12 Tropfen Stevia
 2 Prisen Vanillepulver
 ½ Würfel Frischhefe, zerbröckelt
 100 g Reisdrink
 35 Wasser
 35 g Rapsöl
 1-2 Brieflein Safran à je 3 g
 150 g Reisrahm (aufgeteilt)
 1 TL Pfeilwurzmehl



Zubereitung

1. Dinkelmehl, Salz, Reissirup, Stevia, Vanillepulver und Frischhefe in einer Schüssel mischen.
2. Reisdrink, Wasser, Rapsöl und die Hälfte des Safrans in einer Pfanne unter Rühren bei niedriger Hitze erwärmen, bis die Mischung gelb wird. Währenddessen 100 g Reisrahm und das Pfeilwurzmehl mit einem Schwingbesen gut vermischen. Unter die warme Mischung rühren und 5 Minuten neben dem Herd stehen lassen.
3. Die Flüssigkeit zur Mehlmischung in die Schüssel geben und mit der Küchenmaschine zu einem weichen, glatten Teig kneten, bis er nicht mehr klebt; bei Bedarf etwas Mehl hinzufügen.
4. Den Teig 2 Stunden gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat.
5. Ca. 10 – 12 Brötchen formen. Den restlichen Reisrahm mit der zweiten Hälfte des Safrans kurz erhitzen und die Brötchen damit bestreichen. Erneut 15 Minuten gehen lassen.
6. Die Brötchen im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad Umluft je nach Grösse 20 – 30 Minuten backen.
7. Herausnehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

Rezept von Evelyne K.