

BURGER BUNS / LUFTIG & FLUFFIG / AUS DEM BURGERRING



Diese Burger Buns sind so luftig und lecker. Ich habe mich bei Kebabi in Karlsruhe inspirieren lassen und wollte diese luftigen Brote zu Burgern zubereiten. Damit sie weich und luftig werden, backe ich sie in Burger Ringen. Die Buns sind auch zum Einfrieren geeignet. Ich bereite daraus anschließend Summer Burger mit Ananas zu.



Zubereitungszeit
60 Minuten



Back-/Kochzeit
20 Minuten



Temperatur + Heizart
180 °C O/U

PORTIONSRECHNER:

Stück: 12

HEFETEIG

Verrühre die Hefe mit dem Wasser, Zucker und Rübensirup und füge dann die restlichen Zutaten hinzu. Achte darauf, dass Salz und Öl zum Schluss eingerührt werden. Knete den Teig für etwa 10 Minuten – er soll sehr weich und fast flüssig sein. Decke ihn nun ab und lasse ihn etwa 1 Stunde aufgehen, bis er sich mindestens verdoppelt hat.



Lasse den Teig bei Gärstufe im Backofen (mit Wasserdampf, 34°C) gehen. Dann verkürzt sich die Gehzeit um etwa 30 Minuten und der Teig trocknet nicht aus.

HEFETEIG:

- 42 g** Hefe (frisch)
- 300 g** Wasser
- 30 g** Zucker
- 30 g** Zuckerrübensirup
- 300 g** Joghurt (3,5 %)
- 3** Eier
- 900 g** Mehl
- 2 TL** Salz
- 100 g** Sonnenblumenöl

BUNS ZUBEREITEN

Verwende nun Burger Ringe und bereite entweder 12 große Buns (150 Gramm) oder 18 kleine Buns (100 Gramm) zu. Gib nun die gewünschte Teigmenge in einen Ring und streiche ihn mit geölten Händen flach. Lasse die Buns erneut für etwa 30 Minuten aufgehen (oder wieder bei Gärstufe im Ofen für 15 Minuten), bis sich der Teig wieder verdoppelt hat.

BESTREICHEN UND BESTREUEN:

- 1** Ei
- 4 EL** Milch
- 10 g** Schwarzkümmel
- 15 g** Sesam

OFEN VORHEIZEN

Heize den Ofen auf 180°C O/U vor.

BESTREICHEN UND BESTREUEN

Verrühre das Eigelb mit der Milch und bestreiche die Buns vorsichtig. Bestreue sie nach Belieben mit Sesam und Schwarzkümmel und backe sie im vorgeheizten Ofen für 20 Minuten. Nimm sie aus dem Ofen heraus, lasse sie mit einem Geschirrtuch abkühlen und entferne dann erst den Ring. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!