

BROTHÖRNCHEN / BREAD CONES



Die Brothörnchen sind ideal, um sie mit herzhaften Speisen zu befüllen. Der Hefeteig muss vorher nicht aufgehen.



Zubereitungszeit

35 Minuten



Back-/Kochzeit

20 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Stück: 18

ZUBEREITUNG SCHNELLER HEFETEIG

Verrühre die Hefe mit Zucker und Wasser. Füge Milch, Salz, Eigelb, Mehl und Backpulver hinzu und verrühre den Teig. Füge am Ende auch das Öl hinzu und knete den Teig etwa 3-4 Minuten gut durch. Falls er noch ein wenig klebt, dann füge maximal 1 EL Mehl hinzu. Der Teig soll weich und geschmeidig sein, aber nicht mehr kleben. Fette deine Arbeitsfläche leicht mit Backtrennspray und knete den Teig kurz durch. Teile ihn in 18 Portionen ein. Die Teigkugeln sollen etwa Golfballgröße (ca. 50-55 g) haben.

Forme jeweils eine Kugel zu einem etwa 30 cm langen Strang und drücke ihn leicht flach. Fette die Schillerlockenformen mit Backtrennspray ein. Setze die Schillerlockenform am Teigstrang an und rolle den Strang fest auf.

Verquirle das Eiweiß mit einem Schneebesen oder einer Gabel.

Bestreiche die Hörnchen damit und bestreue sie mit Sesam. Backe sie im vorgeheizten Ofen bei 190 °C O/U für etwa 16-20 Minuten, bis sie goldbraun sind.

Entferne die Schillerlockenförmchen und lass die Brothörnchen abkühlen und befülle sie nach Belieben mit einem Salat (z. B. Eiersalat, Hähnchensalat), einer Creme (Paprika-Feta-Creme), Chili con Carne, Tomatensalsa, etc.

Viel Spaß beim Nachbacken, eure Sally!

SCHNELLER HEFETEIG:

- ☐ **250 ml** Milch
- ☐ **½** Hefe (Würfel)
- ☐ **½ TL** Zucker
- ☐ **20 ml** Wasser (warm)
- ☐ **1 TL** Salz
- ☐ **100 ml** Olivenöl
- ☐ **1** Eigelb
- ☐ **1** Backpulver
- ☐ **500 g** Mehl

ZUM BESTREICHEN:

- ☐ **1** Eiweiß
- ☐ **50 g** Sesam



Falls Du keine Schillerlockenformen besitzt, dann kannst du sie mit Papier und Alufolie selbst basteln. Im Video zeige ich dir wie das geht. Allerdings rate ich vom Backen mit Alufolie aus gesundheitlichen und ökonomischen Gründen ab.