

# BBB - BASTI'S BURGER BUNS

## Wie wird's gemacht ?



für ca. 8 Buns

### Für den Hauptteig

- 100g Milch
- 120 g Wasser
- 1 Ei
- 55 g Olivenöl
- 3 EL brauner Zucker
- 6 g Hefe
- 1 TL Backmalz (wenn's im Schrank steht)
- 220 g Weizenmehl (550)
- 220 g Dinkelmehl (630)
- 13 g Salz

für die Eistreiche:

- 1 Eigelb
- 2 EL Sahne
- 1/2 TL brauner Zucker

Zunächst werden in der leicht erwärmten Milch gemischt mit dem lauwarmen Wasser die Hefe gelöst. Hinzu kommt der Zucker, danach das Ei und das Olivenöl. Wer welches im Schrank stehen hat kann noch 1-2 TL Backmalz hinzufügen. Zu der Hefeflüssigkeit kommen jetzt die Mehlsorten hinzu. Nachdem zum Schluss das Salz hinzugegeben wurde wird der Teig zuerst 6 Minuten auf langsamer Stufe und dann 4 Minuten auf schneller Stufe geknetet.

Damit die Hefe anspringen kann bekommt der Teig jetzt 1 Stunde Zeit zur Gare bei Raumtemperatur.

Nach einer Stunde wird der Teig kurz gedehnt und gefaltet und über Nacht in den Kühlschrank gestellt. Hier sollte er 12 Stunden verbringen.

Am nächsten Tag wird der Teig aus dem Kühlschrank geholt. Er bekommt 2 Stunden Zeit um sich zu akklimatisieren.

Der Teig wird auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche gut durchgeknetet und dann in 8 Teile zu je etwa 105 g unterteilt. Die Teiglinge werden rund geschliffen und zu etwa 6-7 cm platt gedrückt. Dabei hilft es den Teig einmal platt zu drücken, ihn dann kurz ruhen zu lassen und dann nochmal drauf zu drücken. Auf einem Backpapier werden die Teiglinge dann mit einer Mischung aus einem Eigelb, der Sahne und etwas braunem Zucker bestrichen. Der Zucker sollte in der Ei/Sahne-Mischung so gut wie es geht gelöst werden.

Die Teiglinge bekommen nun 1 1/4 Stunden Zeit zur Stückgare.

Nach der Stückgare werden die Teiglinge nochmals mit dem Rest der Eistreiche bestrichen und dann mit Sesam bestreut.

Der Ofen wird mit einem Blech auf 230 °C vorgeheizt. Nun wird das Backpapier mit den Teiglingen auf das heiße Blech rüber gezogen. Zurück im Ofen wird die Temperatur dann sofort auf 210 °C reduziert. Die Buns sind in etwa 20 Minuten gar.

**Tip:** Durch das vorherige Aufheizen des Bleches wird der Boden der Buns etwas stabiler und der Burger lässt sich später besser in den Händen halten.