



Vollkorn-Quark-Brötchen

Zutaten für etwa 8 Brötchen:

250g Quark
1 Ei
2 EL Öl
1/2 TL Salz
250g Weizenvollkornmehl
1 Pck Backpulver
Milch
Kerne zum Bestreuen

Quark, Ei und Öl zu einer glatten Masse verrühren. Dann Backpulver, Salz und Mehl mit der Quarkmasse vermengen. Den Teig glatt kneten und zu etwa 8 Brötchen formen. Die Größe richtet sich danach wie groß ihr sie später haben wollt, denn sie gehen später kaum noch auf. Die Brötchen zugedeckt 15 min gehen lassen. Dann die Oberseite einkerben und mit Milch bestreuen. Darauf die Kerne drücken. Die Brötchen werden bei 180 Grad für 20 min gebacken. Danach sollten sie noch 5 min auskühlen.