

MOHN-STERNCHEN



Zutaten

Poolish/Vorteig

120g Wasser
100g Weizenvollkornmehl
0,2g Frischhefe

Hauptteig

Poolish/Vorteig
210g Wasser
100g Weizenvollkornmehl
300g Weiss- oder
Halbweissmehl
8g Frischhefe
10g Salz

Dank diesen bezaubernden Brötchen sehen deine Liebsten noch mehr Sternchen! Sie sind ein echter Hingucker und du der heimliche Star. Und sie passen natürlich nicht nur in der Weihnachtszeit in's Ambiente. Also warum nicht gleich ausprobieren – mit etwas Übung zauberst auch du schon bald dein eigenes Sternen-Set!

Zubereitung

Poolish/Vorteig

Am Vortag in der Knetschüssel (oder alternativ in einer kleinen Schüssel) 0,2g Hefe in 120g handwarmem Wasser auflösen, 100g Weizenvollkornmehl dazugeben und mit einem Löffel gut mischen. Abdecken und 8-24 Stunden bei Raumtemperatur gären lassen. Der Poolish sollte am nächsten Tag mit vielen kleinen Bläschen übersät sein.

Hauptteig

Alle restlichen Zutaten zum Poolish geben. 5 Minuten auf niedrigster Stufe und 5-10 Minuten auf zweiter Stufe kneten. Der Teig löst sich vollständig vom Rand und dem Schüsselboden.

Falten

Den Teig wenn möglich in eine Teigwanne geben. Alternativ eine Gratinform benutzen oder zur Not in der Schüssel lassen. In den nächsten 2 Stunden 2-3x mit nassen Händen rundherum falten. Der Teig gewinnt weiter an Struktur und Zusammenhalt.

Formen

Jetzt die Teiglinge zu Kugeln formen. Wie das am besten geht, zeige ich dir auch im Video-Tutorial im Blog. Alle Kugeln nochmals 5 Minuten entspannen lassen. Dies geht am besten in einem Bäckerleinen oder auf einem normalen Küchentuch aus Baumwolle. Auch hier gilt: immer schön abdecken.

Mohn-Topping

So. Nun wird's ein bisschen nass! Die Kugeln hälftig – auf der „schönen“ Seite (nicht mit dem Schluss!) – in's Wasser tauchen und dann im Mohn wälzen. *Auf die Arbeitsfläche geben und etwas flach drücken. Dabei den Mohn etwas andrücken.*

Einschneiden

Jetzt die Werkzeuge zücken: entweder mit der schmalen Seite einer Kredit- oder Kundenkarte. Oder was ich persönlich bevorzuge: mit einem Spatel vom Baumarkt. Schneidet besser, ist hygienischer und kann noch für andere Brot-Geschichten benutzt werden.

Sternchen formen

Die leicht flachgedrückten Kugeln gerade einschneiden. Zügig vorgehen und gut durchschneiden, sodass ein sauberer, gut getrennter Schnitt entsteht. Allenfalls den Spatel noch etwas hin- und herschieben. Dies ist die heikelste Phase in der Entstehung der Mohn-Sternchen. Denn die Gefahr besteht, dass die Schnitte sofort wieder zusammenkleben. Übung macht den Meister, und schlussendlich ist es nur ein optisches „Problem“. Jetzt die Sternchen-Zacken von unten gegen aussen drücken, sodass der Stern „aufgeht“.



Stückgare

Alle Sternchen vor dem Backen nochmals 45 Minuten abgedeckt gehen lassen. Dieser Prozess ist enorm wichtig, um fluffige, luftige Sternchen-Kissen zu erhalten. Sie gehen in dieser Zeit nochmals richtig in die Höhe!

Backen

Die Mohn-Sternchen in zwei Etappen – zu je 6 Sternchen – bei 220° backen. Die ersten 10 Minuten mit Dampf. Dann Dampf ablassen und nochmals 4 Minuten backen. Und dann nochmals 4-6 Minuten mit leicht geöffneter Ofentüre. Gesamtbackzeit: ca. 18-20 Minuten.

Zeitplan

	<i>Vorarbeiten</i>	<i>Arbeiten am Backtag</i>
	ca. 15 Minuten	1-2 Stunden
	8-24 Stunden	ca. 3 Stunden

Kommt dir ein Begriff Chinesisch vor? Alle Fachbegriffe kannst du auf www.besondersgut.ch nachschlagen. Ebenso findest du dort viele Bilder und Videos, die dir das Brot backen noch leichter machen.