



## Knopfsemmeln

Die Knopfsemmeln werden aus einem einfachen Weissbrotteig gebacken, jedoch mit einem Vorteig und einer langen kalten Gare im Kühlschrank. Das braucht nur wenig Hefe und die lange Reifezeit fördert den Geschmack des Brotes und macht es auch bekömmlicher: Vielen Menschen, auch solchen ohne Weizenallergie, liegt Brot aus nur kurz gereiften Teigen schwer im Magen. Das dafür verantwortliche Gluten verändert sich während der langen Reifung und wird verträglicher.

Durch knopfähnliche Form der Semmeln bilden sich mehr knusprige Stellen und sie lassen sich gut von Hand auseinanderbrechen. Gut um eine Sauce aufzutunken ;-).

### Zutaten (5 bis 6 Stück)

Vorteig:

50g	Weissmehl
40g	Wasser
2g	Frischhefe

Hauptteig.

	Vorteig
300g	Weissmehl
200g	Wasser
6g	Hefe
8g	Salz

### Zubereitung

Zutaten für den Vorteig verkneten und ca. 14 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Alle Zutaten für den Hauptteig, aber ohne Salz, miteinander vermischen. Salz zugeben

und mit der Maschine 10 Minuten auf langsamer Stufe verkneten. Danach weitere 6 Minuten auf mittlerer Stufe kneten bis er ballig wird.

Teig in eine eingölte Wanne geben, mit Haushaltfolie abdecken und 2 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen. Nach 1 Stunde den Teig 2 mal dehnen und falten.

Teig im Kühlschrank ca. 20 Stunden gehen lassen.

Teig in 5 bis 6 Stücke teilen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu ca. 40cm langen und knapp 2cm dicken Strängen ausrollen. Teig an einem Ende wie ein Knoten ineinander verschlaufen. Das freie Ende zur Mitte einschlagen und leicht in die Öffnung einschieben (siehe Bilder).

Ich habe nur 3 Semmeln geformt, dazu eine etwas grösseren, länglichen Laib.

Teiglinge 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen.

Ofen mit Backstein auf 250° vorheizen, gut eine halbe Stunde, damit der Backstein richtig heiss wird.

Teiglinge auf den Backstein hieven und auf der untersten Rille in den Ofen schieben. Einen (kleinen) Schwall Wasser auf den Backofenboden giessen. 15 Minuten mit Dampf backen. Ofen auf 220° zurückstellen und kurz entlüften. 10 Minuten fertig backen.





