

Fluffige Burgerbrötchen ganz einfach selbst backen

Zum perfekten Burger gehören auch perfekte Burgerbrötchen, sogenannte Burger-Buns! Das Brötchen muss fluffig sein und sollte weder zu fest noch zu weich sein. Nach dem Rezept unseres SWR4 Backexperten Joachim Habiger kommt es auch genauso aus dem Ofen. Und man weiß, was drin ist – nämlich nur gute Zutaten und keine Konservierungsstoffe.

Schwierigkeitsgrad: leicht
Koch/Köchin: Joachim Habiger

Für die Brötchen:

- 500 g Mehl (Type 550)
- 20 g brauner Zucker
- 10 g Öl
- 80 g flüssige Butter
- 15 g Blütenhonig
- 1 Ei
- 42 g Hefe
- 220 ml Milch

Für die Eistreiche:

- 1 Ei
- 2 EL Wasser
- 3 EL Milch

Außerdem:

- Back- oder Burger-Ringe (10 Zentimeter Durchmesser)

Backzeit: zirka 15 Minuten bei 180 Grad Ober-/Unterhitze

Zubereitung:

Die Brötchen:

Mehl, Zucker, Öl, flüssige Butter, Honig und Ei kommen in eine Schüssel, dann die Hefe zerbröseln und auch die Milch dazugeben.

Tipp: Am besten immer frische Hefe nehmen und zerbröseln, damit sie vom Mehl schneller aufgenommen wird. Trockenhefe geht aber genauso!

Die Zutaten in der Rührmaschine zu einem geschmeidigen Teig gut verkneten.

Mein Tipp: Der Teig ist fertig, wenn er sich komplett vom Rand der Schüssel löst.

Danach den Teig für etwa 20 Minuten an einen warmen Ort stellen und gehen lassen. Anschließend den Teig in 60 Gramm schwere Stücke einteilen. Diese erst zu einer kleinen Kugel formen und dann leicht flach zu einer Scheibe drücken.

Einen kleinen Back- oder Burger-Ring (zirka 10 Zentimeter Durchmesser) als Begrenzung über die Teiglinge legen und für zirka 20 Minuten erneut an einen warmen Ort stellen.

Tipp: Durch das Auflegen eines Ringes läuft der Burger-Bun nicht in die Breite aus, sondern geht nach oben auf.

Die Eistreiche:

In der Zwischenzeit das Ei mit Wasser und Milch verquirlen. Nachdem die Buns aufgegangen sind, werden sie mit der Eistreiche an der Oberseite bestrichen.

Fertigstellen:

Abschließend noch mit Sesam bestreuen.

Tipp: Sie können auch schwarzen Sesam oder andere Körner auf das Burgerbrötchen streuen oder es einfach "nackt" lassen.

Bei 180 Grad zirka 15 Minuten goldgelb backen.

Tipp: Übrige Brötchen nicht wegschmeißen. Burger-Buns lassen sich auch gut einfrieren. Oder: Leicht getoastet mit Butter und Marmelade schmecken sie auch zum Frühstück.