Schnelle Schokowecken mit Dinkelvollkornmehl (vegan)



Wer hier regelmäßig vorbei liest, hat sicher mittlerweile gemerkt, dass ich gerne mal mit Vollkornmehl backe. Am liebsten mag ich es frisch gemahlen mit meiner eigenen Mühle. Ich finde, Vollkornmehl hat einfach viel mehr Charakter, schmeckt herrlich nussig und dass es gesünder ist, mehr Ballaststoffe und so weiter enthält, ist ja eh klar. Wer sich mit Vollkorngebäck (noch?) nicht anfreunden kann, der sei beruhigt: Dieses Rezept ist eine Abwandlung meiner Neujahrsschweine aus veganem „Quark-Öl-Teig“ und funktioniert auch mit Weißmehl einwandfrei.



Schokobrötchen geisterten schon eine Weile in meinem Kopf herum, denn sie gehören zu der Sorte Gebäck, die ich eigentlich immer verschlingen kann, wenn sich die Gelegenheit

ergibt. Fluffiger Hefeteig mit dunklen Schokostückchen – einfach herrlich finde ich das!

Andererseits fand ich simplen Hefeteig zu langweilig, das kennt man ja schon und der Zeitaufwand war mir außerdem zu groß (es wartet ja zurzeit immer noch ein Kochbuch auf mich, das übersetzt werden will). Also war ein Quark-Öl-Teig das Rezept der Wahl und da ich meinen Quark weggefrühstückt hatte, wurde Naschkaters Soyade gemopst.

Die Schokowecken waren super fix im Ofen und genauso fix vernascht. Vorsicht! Absolute Suchtgefahr!
Als ich eben die Fotos bearbeitet habe, schaute mir Naschkater über die Schulter und quengelte. Ich sollte das Rezept doch gleich noch mal backen. Sei ja schon zwei Tage her…



Für ca. 12 Stück:

500 g Dinkelvollkornmehl

20 g Backpulver

1 Prise Salz
300 g Sojagurt
140 g Zucker
100 g Öl (geschmacksneutral/Rapsöl, Kokosfett oder weiche Margarine)
80 g grob gehackte Zartbitterschokolade
½ TL Kardamom und Zimt
1 Schuss Amaretto

Sojagurt, Salz, Zucker, Amaretto und Öl in eine Schüssel wiegen und verrühren. Das Mehl mit dem Backpulver und der gehackten Schokolade vermischen, darüber geben und mit den Knethaken des Handmixers zu einem glatten Teig kneten. Bei Bedarf noch einen kleinen Schuss Amaretto zugeben, klebt der Teig dagegen zu sehr, kann man noch etwas Mehl unterkneten beim Formen der Brötchen.
Ein Blech mit Backpapier belegen. Den Ofen auf 160°C Umluft vorheizen.
Aus dem Teig einen dicken Strang rollen und in 12 gleiche Stücke teilen. Jedes Stück zu einem Brötchen rollen, mit etwas Abstand aufs Blech setzen und nach Belieben kreuzweise einschneiden.
Ca. 30 Minuten backen, bis die Brötchen etwas Farbe bekommen. Auf einem Gitter abkühlen lassen.



Habt ein genussvolles Wochenende, ihr Lieben!
Eure Judith