

Schnelle Franzbrötchen mit Vollkorn (vegan)



Mittler

weile sind die plattgedrückten Zimtrollen aus der Hansestadt ja Trendgebäck und auch in anderen Teilen Deutschlands in Bäckereien zu finden. Mein erstes Franzbrötchen habe ich vor Jahren in Hamburg gegessen. Zimt ist mein allerliebster Gewürz, also war ich sofort hin und weg von diesem nordischen Teilchen.

Meine Freude war groß, als ich Franzbrötchen bei einem hiesigen Bäcker entdeckte. Es lebe die Globalisierung regionaler Spezialitäten!

Allerdings sind mir süße Teilchen vom Bäcker seit Jahren schon meist zu süß und der Blätterteig ist dazu ja noch recht fettig. Ich wollte also selbst welche backen, die ein wenig gesünder und leichter sind, aber trotzdem schmecken.

Schnelle Franzbrötchen mit Vollkorn (vegan)



Schnelle Franzbrötchen mit Vollkorn (vegan)

Wenn es nach Naschkater ginge, wären schon letztes Wochenende welche gebloggt worden, denn er war von meinen Prototypen schon ganz begeistert. Ich fand den Teig aber zu fettig und zu staubig im Geschmack, denn ich nahm Sojagurt für die erste Version eines veganen „Quark-Margarine-Teigs“.

Heute gibt es Version Nummer 2 für euch, die ich extrem lecker fand. Schön zimtig, wunderbar knusprig und nicht zu süß. Der Teig muss nicht kühlen oder ruhen und lässt sich fantastisch verarbeiten. Nächstes Mal nehme ich weniger Backpulver (im unten stehenden Rezept ist die Menge schon reduziert), sie sind mir etwas zu arg aufgegangen, aber das tut dem Geschmack ja keinen Abbruch. =)

Für ca. 8 Stück:

70 g Margarine
2 EL Zucker
150 g Dinkelvollkornmehl
100 g Dinkelmehl
125 ml Pflanzenmilch (Reisdrink)/Wasser
½ TL Backpulver
50 g Zucker
4 TL Zimt

Das Fett mit dem Zucker cremig rühren, dann alle anderen Zutaten portionsweise unterrühren, bis ein glatter Teig entstanden ist.

Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche zu einem Rechteck von ca. 20×30 cm ausrollen und mit etwas Pflanzenmilch oder Wasser bestreichen. [Wer es gehaltvoller mag, nimmt ca. 1 EL zerlassene Margarine.] Die Zimt-Zucker-Mischung auf dem gesamten Teig verteilen und von der langen Seite her eng aufrollen. Die Rolle in ca. 5 cm breite Stücke schneiden. Den Ofen auf 180 °C vorheizen.

Die Stücke so legen, dass die Schnittstellen nach recht und links zeigen und mit dem Stiel eines Holzkochlöffels senkrecht platt drücken, sodass die Schnittstellen sich nach oben biegen.

Die Franzbrötchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und ca. 25 Minuten backen, bis sie leicht zu bräunen beginnen.

Wer mag, bestreicht die abgekühlten Franzbrötchen noch mit einem Zuckerguss.

Schnelle Franzbrötchen mit Vollkorn (vegan)



Schnelle Franzbrötchen mit Vollkorn (vegan)

Natürlich kommen diese Franzbrötchen den Originalen in Konsistenz etc. nicht ganz so nahe, wie mancher Nordländer das erwarten würde. Aber wer zimtiges und knuspriges Gebäck mag, der knabbert sich mit dieser veganen Variante mit Vollkornanteil sicher in den 7. Naschkatzenhimmel.

Ich wünsche euch ein genussvolles Wochenende!

Eure Judith



Share on Facebook

0

Share on Pinterest

7

Send email