

# Sonntags-Weizenbrötchen

**Wasserbrötchen** wie in Baden-Württemberg auch genannt. Mein Favorit an Brötchen für den Sonntagmorgen. In diesem Rezept habe ich ein Kochstück mit eingearbeitet.

Bei einem Mehlkochstück werden Wasser (oder Milch) und Mehl im Verhältnis 5:1 gemischt und unter Rühren aufgekocht. Schon vor dem Backen saugt sich das Mehl mit Wasser voll und speichert dieses. Der Vorteil: Dem Teig kann mehr Wasser zugefügt werden, die Hydratation bzw. Teigausschüttung erhöht sich, was eine längere Frischhaltung und saftige Krume mit sich bringt.

Weil im Mehlkochstück keine Triebmittel enthalten sind, wird es auch als Nullteig bezeichnet.

---

**Zutaten:** für 11 Brötchen

*für das Kochstück:*

100 ml Wasser

20 g Mehl 550 Type

*für den Hauptteig:*

310 ml Wasser kalt

10 g Salz

20 g Hefe frisch

1 TI Zucker

1 TI Backmalz o. Honig

500 g Weizenmehl Type 550

## **Zubereitung:**

*Kochstück:* Wasser und Mehl kalt verrühren und in einem kl. Topf unter ständigem weiter rühren zum kochen bringen. Das Kochstück sollte eine Puddigartige Konsistenz bekommen und in eine kleine Schüssel füllen mit Klarsichtfolie abdecken um eine Hautbildung zu vermeiden, zum Auskühlen zur Seite stellen.

*Hauptteig:* Hefe mit etwas Zucker und Wasser aufschlämmen. Weitere Zutaten in den Knetkessel geben und ankneten. Die Hefemischung zugeben und für 10 min. zu einem Teig kneten. Das kalte Mehlkochstück, löffelweise, zugeben und weitere 4 Min. zu einem glatten Teig auskneten. Kessel abdecken und den Teig für 30 min. reifen lassen.

Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und „dehnen und falten“. Ein weiteres mal abgedeckt für 30 min. den Teig ruhen lassen. Den Teig ein zweites mal „dehnen und falten“. Nun sollte schon etwas Spannung aufgebaut worden sein. ggf. ein drittes Mal diesen Vorgang wiederholen, Den Teig in eine geölte Gärbox geben und über Nacht (ca. 12- 14 Std.) im Kühlschrank auf „Stockgare“ stellen.

Am folgenden Tag die Box aus der Kühlung nehmen und für 3 Std. auf Raumtemperatur kommen lassen. Auf eine bemehlte Arbeitsfläche stürzen und wieder „dehnen und falten“. Nach 20 min. Teiglinge zu ca. 90 g abstechen und zu Kugeln in der hohlen Hand formen. Diese abgedeckt 30 min. gehen lassen. Die Teiglinge sollten deutlich an Volumen zunehmen.

Backofen mit Dampfgenerator/Lavasteine und Back-,Blech oder Stein auf 230°C Umluft aufheizen. Nach Erreichen der Back-Temperatur die Teiglinge zu Brötchen länglich formen oder Stempeln dann auf einen „Schießer / Backschaufel“ setzen einigen min. ruhen lassen. Den brötchentypischen Schnitt mit einem scharfen Messer geben und mit viel Dampf für 15 min. backen.

Nach der gewünschten Bräune die Brötchen auf ein Gitter abkühlen lassen.

## **Tip:**

Das „Kochstück“ kann schon am Vortag zubereitet werden. Die „Stockgare“ gibt dem Teig Zeit um

sein Aroma, sowie das Teiggerüst, auf zu bauen.

Vor dem Brötchen formen können diese mit Wasser besprüht werden und mit Cerialien wie Mohn, Sesamen, Sonnenblumenkerne oder Leinsamen bestreut werden.

## Historie:

---

[Brötchen](#)

[Essen und Mehr](#)

From:

<https://ddws.de/> - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:

<https://ddws.de/broetchen:sonntags-weizen-broetchen>

Last update: **31.05.2026 16:31**

