

Schnelle und einfache Quark-Ölteig-Brötchen

Aus was?

- * 350 g Mehl
- * 1 TL Salz
- * 1 TL Zucker
- * 3 TL Backpulver
- * 200 g Magerquark
- * 70 ml Speiseöl
- * 1 Ei
- * etwas Mehl zur Teigverarbeitung

Wie?

- * Mehl mit Salz, Zucker und Backpulver in einer Schüssel mischen. Quark, Öl und Ei zugeben. Mit den Knethaken des Handrührgerätes 2 Min. zu einem glatten Teig kneten. Gegebenenfalls mit den Händen weiterverarbeiten.
- * Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und in 9 Stücke teilen. Jedes Teigstück zu einer Kugel formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen.
- * Brötchen mit Wasser bestreichen und im Ofen ca. 20 Min. backen. Etwas auskühlen lassen.



Foto: privat

Tipp

- ♥ Quark wird aus Milch gemacht. Der Milch wird ein Enzym (ein Wirkstoff) zugesetzt und die Milch trennt sich in Wasser und Eiweiß. Du kannst das mit Zitronensaft ausprobieren, den du zur Milch gibst's und diese dann erhitzt. Wir haben das bei unserem Rezept „Butter und Frischkäse“ beschrieben.
- ♥ Du kannst in oder auf den Brötchenteig Schokoladenstückchen geben. Oder den Teig flacher drücken und wie eine Pizza belegen.