

Ruchbrötli

Ruchmehl	1kg
Himalayasalz	4 Teelöffel
Zucker	1 Teelöffel
Hefe frisch	1 Würfel
Reismilch	350g
Wasser	250g
Wasser und Sojarahm	zum bestreichen



Hefe in 100g Reismilch auflösen

Ruchmehl mit **Salz, Zucker** und **Hefe** mischen und die restlichen 250g **Reismilch** und **250g Wasser** zugeben

alles von Hand ca. 10 Minuten, mit dem Handmixer oder der Küchenmaschine 5 Minuten durchkneten

eine Kugel formen und in einer Schüssel zugedeckt ca. 4 Stunden oder über Nacht beiseite stellen, damit der Teig **aufgehen** kann

Teig vorsichtig aus der Schüssel nehmen, nochmals kurz durchkneten und in gleich grosse Stücke teilen

die Teigmenge ergibt insgesamt **16 Brötchen à ca. 100-110g**

Backpapier in ein Backblech legen und aus der Teigmasse die Brötchen formen, in das Blech legen und **nochmals 30 Minuten gehen lassen**

inzwischen **Ofen auf 160°C Umluft** vorheizen

nach 30 Minuten die **Brötchen leicht kreuzweise oder dreimal quer einschneiden**,

gut mit $\frac{1}{2}$ **Wasser** (kein Leitungswasser), $\frac{1}{2}$ **Sojarahm bestreichen**

und beide Backbleche gleichzeitig für **30 Minuten in die zweitunterste Schiene** in den Ofen schieben – fertig!