

BURGER BUNS (HAMBURGER BRÖTCHEN)

Posted on 9. September 2018



Heute habe ich für euch mal wieder ein neues Brötchen-Rezept, aber nicht für irgendwelche Brötchen...nein, für leckere Burger Buns! Die Grundlage für leckere selbstgemachte Burger aller Art...



Außerdem feiert die liebe Zorra mit ihrem Blog [Kochtopf.me](https://www.kochtopf.me) schon den 14. Geburtstag. Deshalb hat sie zu diesem Anlass auch mal wieder ein Blog-Event ins Leben gerufen: [Brötchen zum 14. Blog-Geburtstag](#). Und

Burger passen doch prima zu einer Geburtstagsparty, findet ihr nicht? Also steuere ich zu diesem Blog-Event diese leckeren Burger Buns bei.



Die Burger Buns sind nicht nur schön fluffig und locker, sondern haben auch mehr Biss als die gekauften (schwammigen) Buns, die meist auch einiges an Zusatzstoffen enthalten. Ich bereite gerne gleich mehr Burger Buns als benötigt zu und friere dann einen Teil ein. Sie schmecken nach dem auftauen prima, besonders wenn sie kurz aufgebacken wurden. So finde ich es sehr praktisch, gerade für's Grillen. Denn dann kann ich die Burger Brötchen einfach auftauen und mich in Ruhe um den Rest kümmern. Früher habe ich meine [Burger Brötchen nach diesem Rezept gebacken](#). Mit mehr Hefe und ohne den italienischen Sauerteig [Lievito Madre](#).

Auch wenn das Rezept nicht so schnell geht, wie mit großen Hefemengen, es lohnt sich unbedingt sich diese Zeit zu nehmen. Die Burger Brötchen schmecken dadurch nicht nur viel besser, sie werden auch nicht so schnell trocknen und sind viel besser verträglich. Wenn ihr die Buns nun noch lecker belegt mit frischen Zutaten und viel Liebe, steht einem sensationell leckerem Burger nichts mehr im Weg...



ZUTATEN für die Burger Buns:

- 600g Weizenmehl Type 550
- 150g Buttermilch oder Milch (je Größe der Eier auch einen Schluck mehr oder weniger)
- 150g Wasser
- 150g [Lievito Madre](#), aufgefrischt **oder** 10g frische Hefe
- 3g frische Hefe
- 15g Zucker
- 10g Rübensirup oder flüssiges [Gerstenmalz](#)
- 6g [Backmalz aktiv](#)
- 2 Eier (Gr. M)
- 20g Öl, z. B. Rapsöl mit Buttergeschmack
- 30g Butter, kalt in Stücken
- 12-14g Salz

zusätzlich:

- 1 Eigelb (Gr. M)
- ca. 1 El Wasser
- 1 Prise Salz

- 1 Prise Zucker
- Sesam zum bestreuen (schwarzer Sesam geht auch)

ZUBEREITUNG der Burger Buns:

1. Hefe, Zucker und Sirup in der Buttermilch auflösen und mit 50g Mehl vom Mehl vermischen. Diesen Vorteig abgedeckt für 30 Minuten ruhen lassen.
2. Alle weiteren Zutaten für den Teig, bis auf Butter, Öl und Salz hinzufügen. (Dabei zunächst erstmal etwas Wasser zurückhalten und gegebenenfalls zum Ende der Knetzeit hinzufügen.)
3. 3-4 Minuten auf niedrigster Stufe (ich: Stufe min.) in der Küchenmaschine vermischen. Danach für mindestens 12-15 Minuten bei mittlerer Geschwindigkeit (ich: Stufe 1.5) zu einem glatten Teig auskneten.
4. Butter, Öl und Salz erst zum Ende der Knetzeit portionsweise hinzufügen.
5. Für etwa 2,5-3 Stunden in einer leicht geölten Schüssel oder Teigwanne bei Zimmertemperatur (22-24°C) gehen lassen. Der Teig sollte sich dabei mindestens verdoppelt bis verdreifacht haben.
6. Während der Gehzeit zweimal dehnen und falten (stretch & fold), also nach je etwa 45-60 Minuten.
7. Danach 10 Teiglinge abstechen und rund wirken.
8. Für 60-90 Minuten abgedeckt bei Zimmertemperatur ruhen lassen (bis zur Vollgare Fingerdrucktest machen).
9. Den Ofen rechtzeitig auf 230°C Ober-Unter-Hitze vorheizen.
10. Das Eigelb mit dem Wasser sowie je 1 Prise Salz und Zucker verquirlen. Die Teiglinge vorsichtig damit einstreichen und mit Sesam bestreuen.
11. Im untersten Einschub für ca. 20 Minuten backen. Zu Backbeginn einmal schwaden (Wasserdampf) und die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren. (Ich lasse hier die Feuchtigkeit ausnahmsweise während der gesamten Backzeit im Ofen)
12. Die fertigen Burger Buns auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und dabei mit einem Geschirrtuch abdecken.

ZUBEREITUNG MIT DEM THERMOMIX®:

1. Buttermilch, Hefe, Zucker, Sirup sowie 50g Mehl in dem Mixtopf geben und für 2 Min./ Stufe 2 vermischen. Für 30 Minuten im geschlossenen Mixtopf ruhen lassen.
2. Alle weiteren Zutaten für den Teig, bis auf Butter, Öl und Salz hinzufügen, 4 Min./ Teigknetstufe. (Dabei zunächst erstmal etwas Wasser zurückhalten und gegebenenfalls zum Ende der Knetzeit hinzufügen.)
3. Butter, Öl und Salz hinzufügen, 2 Min./ Teigknetstufe.
4. Für etwa 2,5-3 Stunden in einer leicht geölten Schüssel oder Teigwanne bei

- Zimmertemperatur (22-24°C) gehen lassen. Der Teig sollte sich dabei mindestens verdoppelt bis verdreifacht haben.
5. Während der Gehzeit zweimal dehnen und falten (stretch & fold), also nach je etwa 45-60 Minuten.
 6. Danach etwa 10 Teiglinge abstechen und rund wirken.
 7. Für 60-90 Minuten abgedeckt bei Zimmertemperatur ruhen lassen (bis zur Vollgare Fingerdrucktest machen).
 8. Den Ofen rechtzeitig auf 230°C Ober-Unter-Hitze vorheizen.
 9. Das Eigelb mit dem Wasser sowie je 1 Prise Salz und Zucker verquirlen. Die Teiglinge vorsichtig damit einstreichen und mit Sesam bestreuen.
 10. Im untersten Einschub für ca. 20 Minuten backen. Zu Backbeginn einmal schwaden (Wasserdampf) und Temperatur sofort auf 200°C reduzieren. (Ich lasse hier die Feuchtigkeit ausnahmsweise während der gesamten Backzeit im Ofen.)
 11. Die fertigen Burger Buns auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und dabei mit einem Geschirrtuch abdecken.

FINGERDRUCKTEST:

1. Dabei drückt man mit einem leicht bemehlten oder angefeuchteten Finger leicht in den Teigling.
2. Untergare: Federt der Teig in der entstandenen Delle sofort wieder zurück, muss er noch gehen.
3. Knappe Gare: Füllt sie sich langsam wieder auf, könnte nun schon gebacken werden. Der Ofentrieb wird dann ziemlich kräftig sein. Das Brot oder die Brötchen werden relativ stark aufreißen und somit einen schönen Ausbund entwickeln. (Ein paar Minuten Gehzeit könnt ihr eurem Teigling aber ruhig noch geben.)
4. Vollgare: Bleibt die Delle jedoch schon eingedrückt, sollte spätestens jetzt (sofort) gebacken werden!



