

Hamburgerbrötchen selber backen



- **Küche:**Amerikanisch
- **Gang:**Abendessen, Mittagessen, Snack
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht
- **Portionen:** 11 - 12 Stück
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '11 - 12 Stück', 'yield' : '' });
```

Der perfekte Burger braucht auch **perfekte Hamburgerbrötchen**. Mit diesem Rezept bekommen sie die perfekten Buns, leicht und „fluffig“, weder zu fest noch zu weich.

Nach Belieben kann man sie zusätzlich mit geriebenen Käse, Sesam, Röstzwiebeln oder Kreuzkümmelkörnern bestreuen. Falls vorhanden, kann man sie auch in 10 cm großen Backringen backen. Dazu passt wunderbar eine selbstgemachte Aioli Sauce , selbstgemachte amerikanische Ofenkartoffeln und ein frischer Salat mit lecker-leichtem Balsamico-Honig-Senf-Dressing.

Der Sterne- und bekannte TV-Koch Mario Kotaska definiert den perfekten Burger auch über das Hamburgerbrötchen:

Nichts ist schlimmer als diese strukturlosen, industriell hergestellten Burgerbrötchen, die so weich

sind, dass man sie mit einer Hand zerdrücken könnte. Und ganz wichtig: Die Schnittflächen der Buns etwas rösten.

Das Anrösten des Burgerbrötchens, das der Sternekoch hier betont, ist ein wichtiger Punkt. Denn das Anrösten verhindert, dass die Sauce, die auf den Burger kommt, nicht direkt in das Brötchen zieht. Außerdem wird das Bun dadurch noch knuspriger.

Zutaten

- Für 11 - 12 Stück: 500 g Mehl 550, gesiebt
- 200 ml warmes Wasser
- 4 EL Milch
- 1 Würfel frische Hefe
- 35 g Zucker
- 8 g Salz
- 80 g flüssige Butter
- 1 ganzes Ei

Zubereitungsart

Schritt1

In die Mitte des Mehls eine kleine Mulde drücken und die Hefe hinein bröckeln, mit warmer Milch übergießen. Abgedeckt an einem warmen Ort zu einem Vorteig ca. 1 Stunde aufgehen lassen.

Schritt2

Das Salz, die Butter und das Ei verkneten und zunächst daraus kleine, runde Kugeln formen, und 10 cm groß. Flach drücken und nach eigenem Gusto mit Käse, Sesam, Röstzwiebeln oder Kreuzkümmelkörnern bestreuen. Bei 200° C Ober-Unterhitze, 18 - 20 min. goldbraun backen.

Hamburger und das Hamburgerbrötchen

Der Hamburger ist wohl das **beliebteste Fast Food** weltweit. Woher der Name stammt, ist nicht bekannt. Klar ist aber, dass das "Ham" in Hamburger nichts mit dem deutschen Hinterschinken zu tun hat. Sprachgeschichtlich leitet es sich von dem englischen Kurzwort für Hackfleisch ab.

Der klassische Hamburger, wie wir ihn schätzen und lieben, besteht aus Hackfleisch, dem sogenannten "**Patty**" und dem Hamburgerbrötchen, dem sogenannten "**Bun**". Allen Fast-Food-Ketten ist gemeinsam, dass die Buns so **modifiziert** sind, dass sie möglichst nicht satt machen und kaum gekaut werden muss. Der Speichelfluss wird durch die Modifikation so sehr angeregt und das Brötchen ist so weich, dass es quasi direkt geschluckt werden kann.

Die industriellen Fast-Food-Buns können niemals mit selbstgemachten, lecker-fluffigen Hamburger Brötchen mithalten. Die kleine Mühe lohnt sich allemal für Liebhaber!

Rezeptart: Backen, Teige, Massen, Brot und Brötchen

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)231
- KH (g)35
- Fett (g)7
- Eiweiß (g)5
- Ballast (g)2

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/hamburgerbroetchen-selber-backen/>