

## Wurstbrötli

Für 2 bis 3 Personen

### Zutaten

250 g Ruchmehl  
1 KL Salz  
7 g Hefe  
1.5dl Wasser  
4 Wienerli  
Senf



### Zubereitung

Brotteig herstellen: Das Mehl in eine Schüssel geben und das Salz begeben. Hefe im Wasser auflösen. Das Mehl mit dem Hefewasser von der Mitte aus anrühren. Den Teig gut kneten, bis er geschmeidig ist.

Zugedeckt bei Zimmertemperatur um das Doppelte aufgehen lassen.

Die Wienerli dritteln. Den Brotteig in 12 gleich grosse Portionen aufteilen. Jeweils 1 Stück Wienerli komplett mit einer Portion Teig umschliessen. Alle 12 Brötli auf ein Backblech geben und im Ofen bei 200 Grad während ca. 15 Minuten backen.

Zusammen mit Senf und Gemüsesticks servieren. Kalt oder warm geniessen.

Tipp zum Zeit sparen: fertigen Pizzateig verwenden.

Tipp zum Kalorien sparen: Schinken anstatt Wienerli verwenden

Mehr Rezepte und Infos finden Sie hier:

Instagram: [die\\_ernaehrungsberaterin](#)

Facebook: Fischer Ernährungsberatung

Homepage: [www.fischer-erb.ch](http://www.fischer-erb.ch)