

# Türkische Sesamringe

## Sachbezeichnung

Weizengebäck mit Sauerteig und Sesamsamen



### Ausbeute

60 Stück zu 52 g



### Zeitplanung

Zubereitung: 70 Minuten

Ruhezeit: 17 Stunden

Backzeit: 18 Minuten/235°C fallend



### Nährwerte (100 g oder 100 ml)

Energie: 1'233 kJ/295 kcal;

Fett: 6.8 g, davon ges. Fettsäuren 1.1 g;

Kohlenhydrate: 47 g, davon Zucker 2.7 g;

Eiweiss: 9.6 g; Salz 1.1 g

## Zutaten

### Flüssig-Sauerteig (1'000 g)

475 g Weizenmehl 400

475 g Wasser, 28°C

50 g Weizengrundsauer triebfähig, ausgereift,  
*im Wasser aufschlännen*

### Zuckerwasser 1:1 (500 g)

250 g Zucker

250 g Wasser

*Zusammen auflösen und kurz aufkochen. Etwas  
 abkühlen lassen, dann weiterverarbeiten.*

### Halbweisteig mit Flüssig-Sauerteig und Öl (3'605 g)

1'500 g Weizenmehl 720

860 g Wasser

1'000 g Flüssig-Sauerteig

80 g Backhefe

30 g Flüssigmalz

100 g Olivenöl

35 g Speisesalz  
*gegen Ende der Mischzeit begeben und den  
 Teig plastisch auskneten*

Teigruhe: 60 Minuten

### Weitere Zutaten (550 g)

250 g Weizendunst  
 (zum Aufarbeiten)

180 g Sesamsamen  
 (für die Oberfläche)

120 g Zuckerwasser 1:1  
 (für die Oberfläche)

## Herstellung

1

### Flüssig-Sauerteig

Grundsauer im Wasser aufschlämmen, dann mit dem Mehl zu einem knollenfreien Teig mischen. Bei 28°C etwa 2–3 Stunden in einem hohen Gefäss verdoppeln lassen (der pH-Wert sollte etwa 4,6 sein). Dann den Sauerteig über Nacht (12–15 Stunden) im Kühlraum bei 5°C lagern. Der pH-Wert liegt dann vor dem Weiterverarbeiten idealerweise bei etwa 4,1.

2

### Portionieren und langwirken

Brüche von 1800 g abwägen und in je 30 Stücke abpressen. Die Teile mit der Langwirkmaschine vorrollen, anschliessend Stränge von 50–60 cm Länge rollen.

3

### Aufarbeiten

Die Stränge kranzartig aufarbeiten und die Verschlüsse gut zusammendrücken.

Wissenswertes: Dieser ringförmige Hefeteiggebäck wird «Simit» genannt und hat seinen Ursprung etwa 500 Jahre zurück im Osmanischen Reich. Simit ist in der Türkei täglich im Handverkauf bei mobilen Strassenhändlern frisch erhältlich und wird zu jeder Tageszeit genossen.

4

### Backvorbereitungen

Die Teiglinge mit der Oberseite zuerst in eine Wanne mit wenig Zuckerwasser legen, dann in den Sesamsamen tunken. Mit der trockenen Seite auf gefettete Bleche legen und bei Raumtemperatur gut gären lassen.

5

### Backen

In einen heissen Ofen mit Dampf einschliessen. Nach der halben Backzeit den Zug öffnen und knusprig backen.