

Laugenbrötchen/ Brezeln/ Schinken-Käse-Laugenstangen

Quelle: Trudel Marquardt

Zutaten für 10 Brötchen/ Brezeln/ Stangen

1 Pkg. Trockenhefe oder 21g frische Hefe	1 TL Obstessig
1 TL Zucker	100 g Lievito madre (optional)
300 ml lauwarmes Wasser	2-3 EL Milch
500 g Schär Mix - Brot	1 Pkg. geriebener Emmentaler Käse
1 TL gemahlene Flohsamenschalen	1 Pkg. gewürfelter Speck
1 TL Salz	Brezelsalz
100 g Magerquark	Lauge (Ich kaufe online immer diese Lauge: Brezellauge gebrauchsfertig > Walz Mühle in Horb-Altheim)
2 EL Rapsöl	

Zubereitung

In einer kleinen Schüssel die Hefe mit dem Zucker und ca. der Hälfte des Wassers verrühren und ca. 10-15 Min. ruhen lassen, bis sich die Oberfläche hell färbt oder Bläschen bildet. Ich decke die Schüssel immer mit einem kleinen Teller oder Deckel ab.

Mische das Mehl mit den gemahlenen Flohsamenschalen und dem Salz in deiner Rührschüssel. Jetzt gibst du das Hefewasser, den Lievito madre (optional), Magerquark, Wasser, Rapsöl und Obstessig dazu und knetest mit dem Knethaken alles zu einem Teig. Während des Knetens gibst du noch 2-3 EL Milch dazu. Jetzt wird der Teig 4 Minuten bei mittlerer Stufe geknetet. Nun lässt du den Teig abgedeckt 15 min ruhen.

Lege nun den Teig auf eine leicht bemehlte Fläche. Teile den Teig in ca. 100g große Stücke ein und forme daraus Brezeln, Laugenbrötchen oder Laugenstangen. Für mich klappt das Formen am besten mit leicht bemehlen Händen. Nutzt du zu viel Mehl nimmt das Gebäck später die Lauge nicht so gut auf und bekommt nicht wirklich Farbe. Lass das Laugengebäck an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen.

Währenddessen füllst du die Lauge vorsichtig in eine Flache Schale. Bei der Arbeit mit Lauge ist Vorsicht geboten, ziehe dir darum bitte immer Handschuhe an. Heize den Backofen auf 240° Grad (Ober-/Unterhitze) vor.

Lege das fertig geformte Gepäck in die Lauge und übergieße es mehrmals mit einem Esslöffel. Nun legst du die Teile auf ein mit Dauerbackfolie ausgelegtes Backblech. Alternativ auf ein gefettetes Blech. NIEMALS auf normales Backpapier, davon bekommst du das Laugengebäck nicht mehr ab, da die Lauge daran festklebt!

Das Laugengebäck mit einem Messer einschneiden und mit grobem Salz bestreuen. Im Backofen auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten backen. Danach auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Tipp zum Einfrieren:

Wenn du das Gebäck einfrieren möchtest, direkt nach dem erkaltet in die Gefrierefächer geben. Zum Aufbacken, den Backofen auf 160° vorheizen und ca. 10 Min. aufbacken.