

Rezept

Brotstangen

Ein Rezept von Brotstangen, am 28.04.2024

Zutaten

10 g Hefe (ca. 1/4 Würfel)	10 g flüssiger Malzextrakt
320 ml Wasser	500 g Weizenmehl (Type 550)
10 g Salz (ca. 2 TL)	10 ml Olivenöl (ca. 1 EL)
Olivenöl für die Teigschüssel	Mehl zum Arbeiten
Backpapier für das Blech	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Brotstangen (à 60 g) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Am Vortag Hefe und Malzextrakt in einer Schüssel in dem lauwarmen Wasser auflösen. Mehl, Salz und Olivenöl zugeben und alles gut unterarbeiten. Den Teig 10 Min. in der Küchenmaschine (4 Min. auf langsamer, 6 Min. auf mittlerer Stufe) oder von Hand gut kneten.
2. Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und ca. 30 Min. abgedeckt gehen lassen. Zwischendurch einmal zusammenfalten oder rund wirken.
3. Eine Teigschüssel mit Olivenöl austreichen. Den gegangenen Teig hineingeben und mind. 12 Std. (oder über Nacht) abgedeckt im Kühlschrank ruhen gelassen.
4. Am Backtag den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und bei Zimmertemperatur 1 Std. gehen lassen. Danach auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und in 12 Teile aufteilen. Jedes Teigstück zu einer 50 cm langen Stange formen und auf ein Blech mit Backpapier legen. Die Stangen mit etwas Mehl bestäuben und noch einmal 1-2 Std. gehen lassen.
5. Inzwischen den Backofen auf 230° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen, die Stangen in den heißen Ofen (Mitte) schieben und die Temperatur auf 210° herunterregeln. Die Stangen ca. 25 Min. backen.