

Rezept

Laugenbrezen

Ein Rezept von Laugenbrezen, am 18.04.2024

Zutaten

400 g Mehl	1 geh. TL Salz
gut 1/2 Würfel Hefe (ca. 25 g)	1 Prise Zucker
50 g Natron (aus dem Backregal)	grobkörniges Salz zum Bestreuen

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 170 kcal

Zubereitung

1. Mehl mit dem Salz in einer Schüssel mischen. Die Hefe zerkrümeln und mit dem Zucker in 275 ml lauwarmem Wasser anrühren. Den Hefeansatz zum Mehl geben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten weichen Teig verarbeiten. Den Teig in der Schüssel zugedeckt etwa 1 Stunde gehen lassen.
2. Dann den Teig noch mal durchkneten und in acht Portionen teilen. Jede Portion zu einem etwa 50 cm langen Strang formen, der in der Mitte etwas dicker ist und an den beiden Enden dünn ausläuft. Jeden Teigstrang zu einem offenen Kreis zusammenlegen, die Enden ganz locker verschlingen und auf das dickere Mittelstück legen, andrücken.
3. Backofen auf 220 Grad vorheizen (auch schon jetzt einschalten: Umluft 200 Grad). Das Backblech mit Backpapier belegen.
4. In einem weiten Topf 1 1/2 l Wasser mit dem Natron zum Kochen bringen. Die Brezen einzeln in die Lauge geben, mit dem Schaumlöffel gut untertauchen und etwa 1/2 Minute kochen lassen. Mit dem Schaumlöffel wieder herausheben und auf das Blech legen (zwischen den Brezen ausreichend Platz lassen). Die Brezen mit wenig grobem Salz bestreuen.
5. Das Blech in den Ofen (Mitte) schieben und die Brezen etwa 15 Minuten backen, bis sie aufgegangen und schön gebräunt sind. Die Laugenbrezen von dem Blech nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.