

Rezept

Laugenherzen

Ein Rezept von Laugenherzen, am 19.04.2024

Zutaten

150 ml Milch	15 g frische Hefe
250 g Mehl (Type 405)	Salz
1/2 TL Zucker	3 EL Natronpulver
Mehl zum Arbeiten	1 Herzausstecher
Backpapier für das Backblech	ca. 4 EL grobkörniges Salz zum Bestreuen

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR CA. 20 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min
Pro Portion Ca. 50 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig die Milch erwärmen. Die Hefe in die lauwarml Milcl bröckeln und glatt rühren. Mehl, 1 TL Salz und Zucker dazugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen.
2. Für die Lauge 1 l Wasser mit dem Natronpulver und 1 TL Salz in einem Topf aufkochen. Den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 1,5 cm dick ausrollen. Aus dem Teig mit einem Ausstecher Herzen ausstechen. Die Herzen nach und nach in die köchelnde Lauge geben und einige Sek. ziehen lassen. Herausheben, abtropfen lassen und auf das Backblech legen. Mit grobem Salz bestreuen und im Ofen (Mitte) in 10-12 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.