

Rezept

Wasabistangen

Ein Rezept von Wasabistangen, am 26.04.2024

Zutaten

200 g Wasabi-Erbsen (Supermarkt oder Asialaden)	100 g Räucherlachs
75 g Flusskrebisfleisch in Öl	80 g Rucola
60 g Schafskäse (Feta)	100 g Cocktail-Shrimps (TK, aufgetaut; ersatzweise in Lake eingelegt)
15 g Hefe (ca. 1/3 Würfel)	350 ml Wasser
500 g Weizenmehl (Type 550) Mehl zum Arbeiten	10 g Salz (ca. 2 TL) Backpapier für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Brote (à 600 g) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Die Wasabierbsen im Mörser grob zerstoßen (oder in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Nudelholz zerbröseln). Räucherlachs in schmale Streifen schneiden. Flusskrebse abgießen, dabei das Öl auffangen. Rucola waschen, trocken schütteln und ohne die Stiele in grobe Stücke schneiden. Schafskäse zerbröseln. Shrimps trocken tupfen.
2. Für den Teig die Hefe in einer Schüssel in dem lauwarmen Wasser auflösen. Mehl, Salz und die Hälfte der zerstoßenen Wasabierbsen zugeben und gut unterarbeiten. Den Teig ca. 4 Min. in der Küchenmaschine (auf langsamer Stufe) oder von Hand durchkneten.
3. 25 ml Öl von den Flusskrebsen und den Lachs unterkneten. Falls der Teig zu fest ist, noch etwas Wasser hinzufügen. Weitere 4 Min. kneten (Maschine: auf schneller Stufe). Danach vorsichtig Rucola, Flusskrebse und Shrimps untermischen.
4. Den Teig auf die bemehlten Arbeitsfläche geben, Schafskäse darüberbröseln und von Hand unterkneten. Teig halbieren und abgedeckt ca. 15 Min. ruhen lassen.
5. Die Teigstücke zu länglichen Stangen formen. Mit Wasser bestreichen und in den restlichen zerstoßenen Wasabierbsen wälzen. Nach Belieben mit einem scharfen Messer der Länge nach leicht einritzen. Auf ein Blech mit Backpapier geben und erneut abgedeckt 20 Min. ruhen lassen.
6. Inzwischen den Backofen auf 220° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen, die Brote in den heißen Ofen (Mitte) schieben und 10 Min. backen. Danach die Temperatur auf 210° herunterregeln und die Brote in 25-30 Min. knusprig backen.