



Laugenbrezeln



Rezeptinfo

Zutaten für 9 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Min. + 1,25 Std. Gehzeit + 10 Min. Backzeit

pro Portion: 1854 kJ, 443 kcal, 44 g Kohlenhydrate, 6,8 g Eiweiß, 27,7 g Fett, 74 mg Cholesterin, 1,8 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten:



Zubereitung

Frische Laugenbrezeln – am besten noch ofenwarm – schmecken einfach unwiderstehlich gut!

Und so einfach holst du dir diesen leckeren, bayrischen Bestseller auf deinen Teller: Zuerst bereitest du einen Hefeteig zu, lässt ihn gehen und rollst daraus mehrere ca. 60 cm lange Teigstränge, denen du dann die klassische Brezelform verpasst. Nachdem deine Brezeln bei Raumtemperatur noch etwas geruht haben, lässt du sie 30 Minuten im Kühlschrank abkühlen. Dann rührst du Natron in heißes Wasser und tauchst die Brezeln einzeln in die Natronlauge. Dadurch bekommen sie später beim Backen ihre schöne dunkle Farbe. Jetzt noch etwas Hagelsalz oben drauf und ab in den Ofen. In der Zwischenzeit kümmerst du dich um die köstliche Schnittlauchbutter. Dafür verfeinerst du Butter mit frischem Schnittlauch, Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver. Das macht deinen Brezelgenuss einfach noch perfekter. An Guadn!

Step 1:

Zuerst stellst du einen Hefeteig her. Dazu den Zuckerrübensirup und das lauwarme Wasser mischen und die Hefe darin auflösen. Stelle das Hefewasser ca. 10 Minuten zur Seite. Danach das Mehl in eine Schüssel geben und mit dem Hefewasser, der Milch und der weichen Butter verkneten. Sobald der Teig etwas verknetet ist, gibst du das Salz hinzu. Knete den Teig mit den Händen ca. 5 Minuten ohne zusätzliches Mehl und forme den Teig zu einer Kugel. Lasse den Hefeteig ca. 30 Minuten gehen, bis sich der Teig sichtbar vermehrt hat.

Step 2:

Gib den Teig auf eine unbemehlte Arbeitsfläche und steche 9 Teiglinge à 90 Gramm ab. Dann die Teiglinge zu etwa 60 cm langen Teigsträngen ausrollen. Dazu den Teig immer wieder ruhen lassen, bis er sich in die gewünschte Länge ziehen lässt. Achte darauf, dass der Teig in der Mitte etwas dicker ist und die "Teigarme" dünn auslaufen. Forme nun den Teigstrang zur Brezel. Das machst du am besten direkt auf dem Backpapier. Dazu nimmst du die beiden "Teigarme" in die Hand, überkreuzt und verdreht sie einmal und legst sie dann auf dem Teigbauch wieder ab. Verfahre so mit allen 9 Teiglingen.

Step 3:

Lasse die Brezeln noch einmal 15 Minuten bei Raumtemperatur gehen. Im Anschluss müssen sie mindestens 30 Minuten im Kühlschrank abgedeckt gehen. Dieser Schritt ist sehr wichtig, da die Brezeln sonst ihre Form verlieren können.

Step 4:

In der Zwischenzeit kannst du den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen und die Natronlauge herstellen. Dazu bringst du das Wasser in einem großen Topf zum Kochen. Sobald es kocht, den Topf vom Herd ziehen und das Natron einrühren, bis es sich aufgelöst hat. Bitte arbeite hierbei mit Einweg-Handschuhen. Zwar ist die Lauge nicht ätzend, es kann aber zu Hautreizungen kommen. Lasse die Natronlauge etwas abkühlen.

Step 5:

Nun die Teiglinge einzeln mit einer Schaumkelle für ca. 20 Sekunden in die Natronlauge geben. Drücke die Brezel dabei etwas hinunter, sodass sie von allen Seiten bedeckt ist. Im Anschluss die Brezeln auf das Backblech setzen. Vor dem Backen nochmals mit etwas Laugenwasser bepinseln, mit einem Messer den Brezelbauch etwas anschneiden und mit grobem Meersalz oder Hagelsalz bestreuen.

Step 6:

Backe die Laugenbrezeln für ca. 10 Minuten und lasse sie im Anschluss auf einem Kuchengitter auskühlen.

Zutaten

Für den Hefeteig:

1 TL	Waldhonig oder Zuckerrübensirup
150 ml	lauwarmes Wasser
15 g	Hefe
500 g	Mehl
120 ml	Milch
40 g	weiche Butter
10 g	Salz

Für die Lauge:

1,5 l	Wasser
75 g	Natron

Für die Schnittlauchbutter:

1 Bund	Schnittlauch
250 g	sehr weiche Butter
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
1 TL	Knoblauchpulver

Sonstiges:

Backpapier
Hagel Salz
Einweg-Handschuhe
Schaumkelle

Step 7:
In der Zwischenzeit kannst du die Schnittlauchbutter zubereiten. Dazu den Schnittlauch in feine Ringe schneiden und mit der weichen Butter vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver abschmecken und auf ein Stück Backpapier geben. Forme die Butter mithilfe des Backpapiers zu einer Rolle und lasse sie im Kühlschrank fest werden.

Step 8:
Die noch lauwarmen Brezeln mit der Schnittlauchbutter bestreichen und genießen.