

Bio Laugenstangerl

Rezept für 9 Stück



Knetzeit: 3 Minuten langsam, 7 Minuten intensiver

Teigruhe nach dem Kneten: 20 Minuten + 15 Minuten

Gehzeit vor dem Backen: ca. 30 Minuten

Backzeit: 18-20 Minuten bei 200°C Heißluft

Miele Combidampfgarer: 18-20min 200°C Heißluft,
1 Dampfstoß manuell auslösen

Miele Klimagaren: 1 Dampfstoß manuell auslösen,
18-20min 200°C Heißluft,



ZUTATEN

- 50g Bio Roggenmehl Type 960
- 450g Bio Weizenmehl Type 700
- 10g Salz
- 10g Bio Gerstenmalzmehl
- 10g Bio Roggenvollkornsauerteig getrocknet
- 15g Bio Butter
- 4g Suppenwürfel bzw. Suppenwürze
- 15g frische Hefe
- 280g Wasser 23°C

Brezensalz zum Bestreuen sowie Backprofis Brezenlauge zum Bestreichen vor dem Backen

www.derbackprofi-shop.at

ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten genau mit einer Küchenwaage einwiegen, in eine Rührschüssel geben und den Teig wie angegeben kneten.
2. Den Teig nach dem Kneten mit einem Tuch abdecken und bei Raumtemperatur 20 Minuten rasten lassen.
3. Teigstücke auswiegen zu je ca. 90g, rund formen bzw. rund schleifen und nochmals ca. 15 Minuten zugedeckt rasten lassen.
4. Mit Hilfe eines Rundholzes die Teigkugeln nun zu länglichen Fladen ausrollen. Von oben beginnend den Teig einwickeln und nach unten ziehen, dass eine schöne Wicklung entsteht.
5. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Stangerl auf das Backblech legen.
6. Leicht mit Wasser besprühen, abdecken und ca. 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen und in der Zwischenzeit den Backofen auf 200 °C Heißluft vorheizen.
7. Die Stangerl abdecken, kurz warten bis sich eine leichte Haut auf der Oberfläche gebildet hat, und anschließend kräftig mit Brezenlauge bestreichen oder in Brezenlauge tunken, anschließend grobes Brezensalz darüber streuen und mit einem scharfen Teigmesser zwei Längsschnitte machen.
8. Mit sehr wenig Dampf backen, da ansonsten die Lauge abgewaschen wird.
9. Nach dem Backen auf einem Küchenrost auskühlen lassen.

Zum online Rezept:

