



Dinkel Laugenbrezel (vegan)



| | |
|---|---|
| <p>Brezel-Teig: 500g Zopfmehl 500g Dinkelmehl ½ Würfel Hefe, zerbröckelt 3 TL Salz (15g) 1 TL Zucker (5g) 6.5dl Mandelmilch</p> <p>→ Ergibt ca. 28 Stk. an 60g</p> | <p>Mehl, Salz, Zucker vermischen und die Hefe untermischen. Die Mandelmilch leicht erwärmen (nicht zu heiss!). Während ständigem Rühren die Milch langsam zur Mehlmischung dazu geben. Am besten verwendet man eine Küchenmaschine. 5-10 Minuten kneten bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Den Teig mit einem Küchentuch zudecken und bei Zimmertemperatur aufs Doppelte aufgehen lassen (ca. 1h). Dann Teig Portionen abwägen und daraus Brezel formen. Schliesslich diese zugedeckt nochmals 10-20 Minuten aufgehen lassen. Am besten direkt auf dem vorbereiteten Backblech.</p> |
| <p>Lauge: 1.2l Wasser 1EL Salz 100g Natronpulver</p> | <p>Alles in einem Topf aufkochen und beiseite stellen. Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Brezeln nun einen nach dem anderen mit einer Lochkelle in der Lauge baden und wieder auf ein Backblech legen.</p> |
| <p>Verzieren: Gropkörniges Salz Knabber Snack Bio, von Zwicky</p> | <p>Direkt nach dem «Bad» mit dem Salz und dem Knabber Snack Bio von Zwicky bestreuen. Schliesslich 20-25 Minuten im Ofen backen.</p> |

Tipp: Die Brezeln lassen sich prima einfrieren. Aus dem Grundteig können auch Brötchen, Zöpfe oder sonstiges geformt werden. Sei kreativ!