

Laugenbrezeln

Für acht Brezeln

<http://www.mtswenzel.de/Backrezepte>

375 g Weizenmehl Type 550
1 TL Salz
1/2 TL Schabzigerklee
20 g Hefe
1/2 TL Zucker
225 ml lauwarmes Wasser

Mehl zum Bearbeiten
Butter für das Backblech
30 g Hausnatron(kein Soda)

Grobes Salz
Sesam

Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit dem Salz und dem Schabzigerklee mischen. Die zerkleinerte Hefe mit dem Zucker und der Hälfte des lauwarmen Wassers verrühren. Den Hefeansatz 15 Minuten beiseite stellen, dann über das Mehl gießen. Das lauwarme Wasser bis auf einen Rest über das Mehl geben und alle Zutaten etwa 5 Minuten kneten. Bei Bedarf noch etwas Flüssigkeit oder Mehl beimengen. Die Schüssel mit etwas Mehl bestäuben und den Teig hineinlegen. Die Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und die Teigmasse an einem warmen Ort 45 Minuten gehen lassen.

Ein Backblech einfetten.

Die Masse noch einmal kurz durchkneten und daraus 8 gleich große, etwa 40 Zentimeter lange Stränge drehen und zu Brezeln formen. Die Teigstücke abgedeckt. 30 Minuten gehen lassen.

Gut 1 Liter Wasser in einem hohen Topf zum Kochen bringen. Neben den Herd stellen und mit dem Natron mischen. Die Brezeln nacheinander mit Hilfe einer Schaumkelle 10 Sekunden in der Lauge schwenken und auf das Backblech legen. An der dicken Stelle einmal längs einschneiden. Die Hälfte der Brezeln sofort mit Salz und die andere Hälfte mit Sesam bestreuen.

Den Backofen auf 190 °C vorheizen. Die Brezeln im vorgeheizten Backofen bei 190 °C (Gas: Stufe 2-3, Umluft: 170 °C) etwa 25 Minuten backen.