

Laugengebäck

Schritt für Schritt selbst gemacht

Laugengebäck

500 g SZ-glutenfrei Backmischung Heller Hefeteig
6 g Salz
ca.360 - 385 g kaltes Wasser
50 g Margarine
etwas SZ-glutenfrei Mehlmischung Fein zum Formen des
Laugengebäcks



Laugengebäck

– diese schwäbische und bayerische Spezialität, besonders die Brezel, ist inzwischen weit über die Landesgrenzen hinaus nicht nur bekannt sondern auch beliebt.

Zu jeder Tageszeit, ob zum Frühstück, Vesper oder einfach zwischendurch, mit Butter oder ohne – wer kann dem Duft von frischem Laugengebäck widerstehen.

Besonders im glutenfreien Bereich ist es sehr schwierig Laugengebäck zu bekommen. Deshalb möchte ich Ihnen Mut machen einmal selbst Brezeln, Brötchen und anderes Laugengebäck herzustellen.

Mit der neuen Backmischung für Weißbrot / helles Brot ist es nun gelungen, eine Backmischung anzubieten, mit der das Formen von Brezeln usw. möglich ist.

Hier nun die Anleitung Schritt für Schritt:

1. Die Backmischung Weißbrot, Salz, kaltes Wasser, und kaltes Fett in eine Schüssel geben und mit dem Handrührgerät (Rührstäbe nicht Knethaken) einen Teig herstellen. So wird das kalte Fett gleichmäßig im Teig verteilt.
2. Den Teig aus der Schüssel nehmen, auf die mit Mehl bestäubte Backfläche geben und in 100g schwere Stücke teilen.

Wichtig: Die Hände immer gut bemehlen – kein zusätzliches Mehl unter den Teig kneten.



3. Die Teigstücke mit bemehlten Händen kurz vorsichtig kneten und zu einer Kugel formen.



4. Für Brezeln werden die runden Teigstücke flachgedrückt, eingeschlagen und in die Länge gerollt (ca.50 - 55 cm lang). Dabei bleibt der mittlere Teil dicker, die Enden dagegen laufen nach beiden Seiten hin dünner aus.



5. Die Enden mit beiden Händen festhalten und überkreuzen.



6. Dies ein zweites Mal machen und die Enden im unteren Drittel der Brezel festdrücken (diese Stelle evtl. mit etwas Wasser nass machen, so halten die Ärmchen besser).



7. Die Brezel auf ein Stück Butterbrotpapier legen, so können sie zum Laugen besser weggenommen werden.

8. Sobald die Brezel eine „Haut“ hat, d.h. etwas abgetrocknet ist, wird sie vorsichtig mit beiden Händen (Gummihandschuhe !) kurz in die Brezellauge und dann auf das Backpapier gelegt – sofort etwas in Form schieben!
9. Ist die Lauge leicht angetrocknet, wird der Brezelbauch mit einem vorher in Mehl getauchten scharfen Messer eingeschnitten. (Wird die Brezel erst eingeschnitten, wenn sie schon aufgegangen ist, entsteht kein schöner heller Bauch mehr)
10. Sind die Brezeln leicht aufgegangen, bei 170 ° Umluft 17 – 20 Minuten backen. Bekommen die Brezeln beim Backen Blasen, ist die Temperatur zu hoch. Direkt nach dem Backen werden die Brezeln mit Wasser bespritzt (Blumenspritze), so bekommen sie einen schönen Glanz.

Die verschiedenen Belaugungsmethoden:

Methode 1: Das Kochen der geformten Teiglinge in einer Backnatronlösung

1. 1,5 l Wasser zum Kochen bringen und 5 El Backnatron darunter rühren
2. Die aufgegangenen Teiglinge nacheinander ca. 20 Sekunden in die Lauge geben.
3. Die gelaugten Teiglinge mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Backpapier legen.

Abwandlung: Die gekochte Natronmischung in eine Bestäuberflasche geben und die Teiglinge besprühen.

Methode 2: Das Bestreichen der Teiglinge mit Milchschaum

1. 200ml Milch in einem hohen Topf zum Kochen bringen.
2. 6 El Natron unterrühren. Die Milch schäumt auf.
3. Die Teiglinge mit dem Schaum bestreichen

Methode 3: Laugen mit Natronlauge – Brezellauge (siehe Hinweis!)

1,5 l Wasser in eine große Schüssel (Glas, Ederstahl)geben und
50 g Natriumhydroxid in Plättchen (zu erhalten in der Apotheke) dazugeben und auflösen

Die einzelnen Teiglinge für ca. 5 Sekunden in die Lauge geben und auf das Backpapier setzen.
Den Teigling sofort in Form schieben, da er später am Papier klebt.

Abwandlung: Die Teiglinge mit Hilfe eines Pinsels (kein Naturhaar!) mit dem Laugengemisch bestreichen.

Sollten Sie Zugang zu Bäckerlauge haben, muss diese im Verhältnis 1:10 mit Wasser verdünnt werden.
Es entsteht eine gebrauchsfertige wässrige Lauge im der Konzentration von 3 – 3,5 %.
Fragen Sie beim Kauf, ob es sich um verdünnte oder unverdünnte Lauge handelt.

Warnhinweis:

**Im Gegensatz zur Backnatron-Lösung kann die Natronlauge schwere Verätzungen verursachen, egal ob es sich um konzentrierte oder verdünnte Lauge handelt.
Deshalb ist im Umgang mit Lauge höchste Vorsicht geboten.**

Bei der Zubereitung der Lauge genau an die Anweisung aus der Apotheke halten.

Da diese Lauge sehr ätzend und genau genommen giftig ist, müssen Sie bei der Arbeit damit sehr vorsichtig sein. (dünne Gummihandschuhe oder Einmalhandschuhe aus Gummi sind wichtig!) Kinder fernhalten!

Die fertige, nicht gebrauchte Lauge kann in Schraubgläsern für längere Zeit aufbewahrt werden – unbedingt gut sichtbar beschriften !