

Brotzeitstangen

Zutaten:

- 100 g Emmentaler
- 500 g Weizenmehl 550
- 15 g Hefe (frisch)
- 330 ml helles Bier/Weizen
- 50 g Röstzwiebeln
- 1 TL Salz, bei Bedarf mehr
- 1 TL gemahlener Kümmel
- **nach Belieben**
- Körnermischung
- Mohn
- Sesam



Zubereitung:

- Emmentaler reiben (im TM: ca. 5 Sekunden auf Stufe 8) - zur Seite stellen
- Mehl, zerbröckelte Hefe, Bier, Salz und Kümmel etwa 2 Minuten zu einem geschmeidigen Teig verkneten lassen. Dann Röstzwiebel und ca. 80 g Emmentaler in den Teig geben und nochmal für 1 Minuten unterkneten. (TM: 2 Minuten Teigknetstufe, dann Röstzwiebel und Emmentaler dazu und nochmal für 1 Minute weiterkneten)
- Den Teig in eine große Nixe umfüllen und für ca. 1 Stunde gehen lassen. Das Teigvolumen sollte sich gut verdoppelt haben.
- Den Teig auf die etwas bemehlte Teigunterlage geben und mit dem Nylonmesser in 8 Stücke teilen. Die Teiglinge länglich formen.
- Wenn ihr obendrauf noch Saaten/Körner wollt: die Teiglinge oben etwas mit Wasser bepinseln und mit den Saaten/ den Körnern bestreuen
- Dann mit dem restlichen Käse bestreuen.
- Backofen vorheizen auf 200 °C Ober-/Unterhitze, Rost wie immer im unteren Drittel
- Zugedeckt noch einmal etwa 20-30 Minuten gehen lassen, dann auf den Ofenzauberer geben und für ca. 25 - 30 Minuten backen. Die Backzeit richtet sich natürlich auch danach, wie groß ihr eure Stangen gemacht habt.
- **Tipp:**
 - Falls ihr die Stangen auf Vorrat backt: Sie eignen sich auch gut zum einfrieren. Ich lasse sie im Gefrierbeutel bei Zimmertemperatur aufgehen. Je nach Raumtemperatur dauert das ca. 2 Stunden.

Kontaktdaten:

Beate Sing

☎0151/11 22 71 21

✉beate@saugquad-und-lecker.de

🌐www.saugquad-und-lecker.de

https://sing.shop-pamperedchef.de/willkommen/