

Brezenzöpfe

Zutaten für etwa 10 Brezenzöpfe:

- 500 g Mehl
- 40 g Butter / Margarine (für die vegane Variante)
- 300 ml Milch / Sojamilch (für die vegane Variante)
- 1,5 TL Salz
- 1,5 TL Zucker
- 1 Päckchen Trockenhefe
- grobes Meersalz
- 500 ml kaltes Wasser
- 20 g Natronperlen



Zubereitung:

Mehl, Salz, Zucker und Hefe gut miteinander vermischen. Die Milch dazurühren und erstmal grob mit einer Gabel zu einem Teig verrühren. Dann die Butter einkneten. Eine Arbeitsfläche bemehlen, den Teig daraufstürzen und etwa 10 Minuten kneten, bis der Teig schön geschmeidig ist und nicht mehr klebt. Bei Bedarf noch etwas Mehl einkneten.

Den Teig an einem warmen Ort ruhen lassen, bis er schön aufgegangen ist. Danach nochmal durchkneten und in 10 Portionen, à circa 88 g teilen. Jedes Teigstück in drei Stränge ausrollen, an einem Ende miteinander verkleben. Danach die drei Stränge flechten und am Schluss wieder zusammenkleben. Die Teigline gut bemehlen und zugedeckt ruhen lassen, bis sie aufgegangen sind.

// Brezenlauge besteht aus einer 3-4%igen Natronlauge, d.h. 30 bis maximal 40 g auf 1 Liter. Für meine Brezenzöpfe reicht die Hälfte, weshalb ich auf EXAKT 500 ml KALTES! Wasser 20 g Natronperlen gebe. Die Lauge ist ätzend, weshalb unbedingt Sicherheitsvorschriften eingehalten werden müssen: Schutzbrille und Latexhandschuhe. Nur mit Kunststoffgefäßen arbeiten, da die Lauge z.B. mit Aluminium reagiert. //

500 ml Wasser abmessen, die Kunststoffschüssel in die Spüle stellen. Die Laugenperlen hinzufügen und gut umrühren, bis sich die Natronperlen aufgelöst haben. Danach die Teiglinge kurz in die Natronlauge tauchen, damit sie vollständig bedeckt ist. Sofort auf das Blech (möglichst kein Aluminiumblech, wegen der oben besagten Reaktion) legen, mit Meersalz bestreuen und bei 220-230°C für etwa 20-25 Minuten backen. Mein Gasherd ist da etwas eigenwillig, weshalb ihr euch eher auf euer Auge verlassen solltet. Wenn die Brezen schön braun und knackig sind, sind sie zum Verzehren geeignet. Keine Angst vor der Lauge: Sie verliert beim Backen vollständig ihre ätzende Wirkung.

// Warum färben sich die Brezen braun? Die im Teig befindlichen Stärke- und Eiweißbausteine werden durch die Benetzung der Teigoberfläche mit Natronlauge abgebaut. Die Stärke wird in Dextrine und Einfachzucker aufgebaut, die Eiweißstruktur wird gespalten. Durch Hitze reagieren die gebildeten Eiweiß- und Stärkebausteine miteinander. Diese Reaktion führt zu dem charakteristischen Geschmack und die Färbung der Laugengebäcke. //

Wer sich nicht an das Laugenexperiment ranwagt, kann auch zur ungefährlichen Natron-Variante greifen. Dazu 1 Liter Wasser in einem breiten Topf aufkochen, das Natron langsam einrieseln lassen. Achtung: es schäumt sehr stark! Das aufgegangene Gebäck zuvor etwa 30 Minuten in den Gefrierschrank legen, dann 30 Sekunden in der Natron-Wasser-Mischung kochen und bei oben genannter Temperatur backen.