

Stockbrot

Backmischung

1000 g netto

Stockbrotmischung, Wasser, Öl und Hefe wie angegeben vermischen und mit der Küchenmaschine 3 Minuten schnell verrühren. Teig zu einem Ballen formen und in einer zugedeckten Schüssel ca. 10 Minuten gehen lassen. Danach durchschlagen, in Golfball große Bällchen formen und auf ein bemehltes Blech legen. Anschließend 30 Minuten zugedeckt gehen lassen. Jetzt die kleinen Teigballen einzeln auf einen Holzstock wickeln. Dann ca. 10-20 Minuten am offenen Feuer ausbacken. Alternativ auf dem Blech 20 Minuten bei 200°C (Elektroherd) / ca. 180° (Heißlufttherd) ausbacken. Es empfiehlt sich, einen Behälter mit Wasser in den Herd zu setzen.

Tipp: 2 Knoblauchzehen pressen und mit einer Prise Brotgewürz in den Teig geben. Alternativ je eine Packung geriebenen Käse und Schinkenwürfel dem fertigen Teig untermengen (1 kg Mischung).

Stockbrot	Wasser	Hefe	Öl
500 g	250 ml	40 g	2 EL
1000 g	500 ml	80 g	5 EL

Zutaten: **Weizenmehl, Vollmilchpulver**, Zucker, jod. Salz, Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure

Kann Spuren von: Soja enthalten.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1503 kJ (359 kcal)
Fett	3,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,5 g
Kohlenhydrate	68,5 g
davon Zucker	6,1 g
Eiweiß	11,4 g
Salz	1,4 g

Die Nährwertangaben basieren auf dem Bundeslebensmittelschlüssel und Lieferantenangaben. Wir weisen darauf hin, dass es sich hier um Naturprodukte handelt, die den natürlichen Schwankungen unterliegen.