

Laugengebäck

Backmischung

1000 g netto

Die unten angegebenen Zutaten vermischen und mit der Küchenmaschine 3 Minuten langsam und 5 Minuten schnell verrühren. Teig zu einem Ballen formen und in einer zugedeckten Schüssel ca. 10 Minuten gehen lassen. Danach durchschlagen und zu einer Rolle mit ca. 5 cm Durchmesser formen. Von dieser Rolle ca. 50 g schwere Stücke abschneiden, zu Brötchen oder Stangen formen, kreuzweise oder quer einschneiden und ca. 20 Minuten gehen lassen. Alternativ kann der Teig auch sehr gut im Backautomat hergestellt werden.

Für die Lauge:

1,5 L Wasser aufkochen und beigefügtes Natron unter rühren darin auflösen. Die Teiglinge mit einem Löffel ca. 15 Sekunden in die Lauge geben. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit groben Salz bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei ca. 210°C 20 – 25 Minuten backen.

Backmischung	Hefe	Öl	Wasser
300 g	15 g	12 g	165 ml
500 g	20 g	20 g	275 ml
1000 g	40 g	40 g	550 ml

Zutaten: **Weizenmehl, Weizengluten, Vollmilchpulver**, Maismehl (teils geröstet), **Weizenmalzmehl, Weizenmalzpulver**, Zucker, Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure

Kann Spuren von: Ei und Soja enthalten.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1515 kJ (362 kcal)
Fett	4,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,0 g
Kohlenhydrate	67,2 g
davon Zucker	3,5 g
Eiweiß	12,9 g
Salz	0,05 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.	