

## Laugenbrezeln

7 Stück



etwas Übung erforderlich

bis zu 40 Min.



### Zutaten:

#### Germteig:

380 g glattes Mehl  
1 Pck. Dr. Oetker Germ  
1 KL Zucker  
¼ l lauwarmes Wasser  
1 KL Salz

#### Lauge und zum Bestreuen:

1 l Wasser  
ca. 3 Pck. Dr. Oetker Natron (40 g)  
grobes Salz

### 1 Germteig:

Für den Teig das Mehl in eine Rührschüssel geben und mit der Germ gut vermischen. Die übrigen Zutaten der Reihe nach dazugeben und mit dem Handmixer (Knethaken) zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis der Teig doppelt so hoch ist.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zusammenstoßen (flach drücken und von links und rechts zur Mitte hin einschlagen) und in 7 Portionen (à 90 g) teilen. Die Portionen zu 45 cm langen Stangen rollen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech zu Brezeln formen. Zugedeckt ca. 20 Min. gehen lassen und dann 30 Min. kalt stellen.

### 2 Lauge:

Wasser aufkochen, vom Herd nehmen und das Natron vorsichtig einrühren. **Achtung, sprudelt stark!** Die Brezeln in die Lauge tauchen, gut abtropfen lassen, wieder auf das vorbereitete Backblech legen und mit grobem Salz bestreuen.





**Dr. Oetker Österreich**

Das Blech in die Mitte des vorgeheizten Rohres schieben.

**Ober-/Unterhitze 200 °C**  
**Heißluft 180 °C**  
**Backzeit: ca. 20 Minuten**



© Dr. Oetker GmbH · Postfach 19 · 9500 Villach, Austria · [www.oetker.at](http://www.oetker.at)  
E-Mail: [service@oetker.at](mailto:service@oetker.at) · Tel. (innerhalb Österreichs) 04242/55 4 54-33