

Herzbrezen

Himmlische Laugenbrezen in herziger Form – was will man mehr! So knusprig und köstlich im Geschmack! Mithilfe der [Backmischung BRÖTCHEN & BREZEN](#) von *Tanjas glutenfrei* lassen sich die herrlichen Backwaren im Nu herstellen, denn der Teig benötigt keine Aufgehzeit. Probiere die großartigen Herzbrezen gerne zuhause aus, du wirst begeistert sein!

Glutenfrei, weizenfrei, maisfrei, laktosefrei, milchfrei, eifrei. Fruktosearm siehe Tipp am Rezeptende



Für 6 Stück (= 1 Backblech)

1 Packung (250g) [Backmischung BRÖTCHEN & BREZEN](#) von *Tanjas glutenfrei*

1,5 TL Salz

1 Prise Zucker

180g lauwarmes Wasser

$\frac{1}{2}$ Würfel Frischhefe oder 1 P. Trockenhefe

1 EL Öl

1 EL Essig

grobes Salz zum Bestreuen

Für die Lauge mit Laugenperlen:

500ml Wasser

20g Laugenperlen, z.B. von gewuerzstuebchen.com

1. Backofen vorheizen: Ober- u. Unterhitze 240 Grad ODER Umluft 220 Grad. Hinweis: Die Backwaren werden schöner, wenn

sie bei Umluft gebacken werden.

2. Mehl, Zucker und Salz in eine Rührschüssel geben.

3. Frisch- oder Trockenhefe im lauwarmen Wasser auflösen.

4. Hefewasser, Essig und Öl zum Mehl geben und in 3 Minuten zu einem glatten Teig verkneten.

5. Unterdessen die Lauge herstellen. ACHTUNG! LAUGE IST ÄTZEND – Bitte die Anweisung auf dem Laugenperlen-Produkt beachten! Schutzbrille und Schutzhandschuhe tragen! Kinder fernhalten! Wasser und Laugenperlen in eine Schüssel geben und verrühren, beiseitestellen.

6. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Teig leicht bemehlen und in sechs Stücke teilen. Die Teiglinge jeweils zu etwa 35cm langen Strängen formen und mittig eine Handbreit sehr dünn ausrollen, ebenso an den Teigenden, dann zu Herzen formen.

7. Teiglinge mit Lauge benetzen: Schutzbrille und Schutzhandschuhe tragen und die Teiglinge mithilfe eines Schaumlöffels etwa 5 Sekunden in die Lauge tauchen, gut abtropfen lassen.

8. Teiglinge auf ein mit Dauerbackfolie oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit Salz bestreuen.

9. Das Backblech sofort auf mittlere Schiene in den Ofen einschieben und die Herzbrezen 5 – 6 Minuten backen. Anschließend die Backofentüre für 2 Sekunden öffnen, damit der Dampf entweichen kann, dann die Temperatur auf 210 Grad (Ober- und Unterhitze) ODER 180 Grad (Umluft) reduzieren und weitere 18 – 20 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen und genießen!

Anmerkung: Während die Herzbrezen im Ofen sind, die Zubereitungsutensilien reinigen und die Laugenperlen kindersicher aufbewahren!

Fruktosearm – Tipp: Zucker durch Reissirup ersetzen. Essig durch eine verdünnte Essig-Essenz tauschen.

Haftungsausschluss: Für entstandene Schäden aufgrund der Lauge wird keine Haftung übernommen.







rezepte-glutenfrei.de



rezepte-glutenfrei.de