

Laugenkonfekt

Dieser Beitrag enthält Werbung für Tanjas Backliebe und FoodOase.

Die kleinen Laugenbackwaren überzeugen durch die himmlisch luftige Textur und den unnachahmlichen Geschmack!

glutenfrei, weizenfrei, maisfrei, laktosefrei, milchfrei, eifrei, fruktosearm siehe Tipp



Für 24 Stück

Zutaten für den Teig:

250g glutenfreie Backmischung für Brötchen & Brezen

1,5 TL Salz

1 TL Zucker

210ml lauwarmes Wasser

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

1 EL Öl

2 TL glutenfreier Essig

grobes Salz oder Sesam zum Bestreuen

Für die Lauge mit Laugenperlen:

500ml Wasser

16g Laugenperlen von Backstars.de

Für die Lauge mit Natron:

1 Liter Wasser

40g Natron

Zubereitung:

1. Backofen vorheizen: Ober- u. Unterhitze 240 Grad ODER Umluft 220 Grad. Hinweis: Das Laugenkonfekt wird schöner, wenn es bei Umluft gebacken wird.

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 5 Minuten zu einem glatten Teig verkneten.

5. Unterdessen die Lauge herstellen.

Für die Lauge mit Laugenperlen: **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.

Für die Lauge mit Natron: Wasser und Natron in einen großen Topf geben und zum Kochen bringen, 2 Minuten sprudelnd kochen lassen. Die Temperatur reduzieren und beiseitestellen.

6. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einer Rolle formen. Von der Teigrolle 24 Teigstücke abnehmen und diese zu Kugeln formen. Wer mag, kann die Teigstücke auch ohne zu formen mit der Lauge benetzen.

7. Teiglinge mit Lauge benetzen.

Wird Lauge aus Laugenperlen verwendet: Schutzbrille und Schutzhandschuhe tragen und die Teiglinge mithilfe eines Schaumlöffels einige Sekunden in die Lauge tauchen.

Wird Natronlauge verwendet: Natronlauge köcheln lassen und die Teiglinge jeweils für 30 Sekunden hineingeben. Mit einem Löffel die Brezen dabei mehrmals mit der Natronlauge begießen.

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

9. Das Backblech sofort auf mittlere Schiene in den Ofen einschieben und die Teiglinge 5 – 6 Minuten backen. Anschließend die Temperatur auf 210 Grad (Ober- und Unterhitze) ODER 180 Grad (Umluft) reduzieren und weitere 20 – 22 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen und genießen!

Anmerkung: Während das Laugenkonfekt im Ofen ist, 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