

Tanjas Käse-Brotstangen

Der Beitrag enthält Werbung für Tanjas glutenfrei.

Die herrlichen Brotstangen aus der Backmischung „Mein liebstes Brot – RUSTIKAL“ von *Tanjas glutenfrei* sind pur überaus beliebt, aber verfeinert mit Käse werden die köstlichen Brotstangen zum absoluten Geschmackserlebnis! So schmecken die himmlischen Brotstangen mit der weichen, mischbrotähnlichen Textur wunderbar würzig und aromatisch zugleich! Die einzigartigen Brotstangen lassen sich im Nu zubereiten, benötigen keine Aufgehzeit und gelingen kinderleicht!

Glutenfrei, weizenfrei, maisfrei, sojafrei, eifrei, laktosefrei. MilCHFREI, fruktosearm und hefefrei siehe Tipps am Rezeptende.



Für 6 Stück

400g [Backmischung „Mein liebstes Brot – RUSTIKAL“](#) von *Tanjas glutenfrei*

1,5 TL (6 g) Salz

1 Prise Zucker

$\frac{1}{2}$ Würfel (21 g) Frischhefe ODER 1 P. (7 g) Trockenhefe

335g lauwarmes Wasser

65g Joghurt (ggf. laktosefrei)

1 EL (10g) glutenfreier Essig

glutenfreies Mehl zum Formen

Etwa 100g Käse (ggf. laktosefrei) in Scheiben, z.B. Emmentaler

1. Backmischung, Salz und Zucker in eine Rührschüssel geben.
2. Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen und mit Joghurt und Essig zum Mehlgemisch geben. Alles etwa 4 Minuten zu einem

glatten Teig kneten.

3. Eine Arbeitsfläche gut bemehlen, den Teig darauf geben und mit bemehlten Händen zu einer Kugel formen. Den Teig in 6 Stücke teilen und jedes Teigstück zu einem ca. 30 cm langen Strang formen, dabei mehrmals in sich verdrehen. Falls der Strang reißt, einfach wieder aneinandersetzen. Umso unförmiger die Teigstränge aussehen, desto schöner sehen die fertigen Brotstangen aus!

4. Die Teigstränge auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen – es passen 6 Teigstränge auf ein Blech. Mit Käse belegen.

5. Das Backblech in den kalten Backofen, auf mittlere Schiene einschieben. Die Temperatur auf 220 Grad (Umluft) oder 240 Grad (Ober- und Unterhitze) einstellen und die Brotstangen etwa 30 – 35 Minuten im Ofen belassen, je nachdem wie knusprig die Stangen werden sollen. Tipp: Die Brotstangen werden bei Umluft schöner!

Variation: Die herrlichen Brotstangen lassen sich auch bestens aus der Backmischung [„Mein liebstes Brot – DUNKEL“](#) von *Tanjas glutenfrei* herstellen. Die Kombination aus dunklem Saatenbrot-Teig und Käse schmeckt ebenso unwiderstehlich und köstlich würzig zugleich! ☐

Milchfrei – Tipp: Joghurt durch eine pflanzliche Alternative auf Soja-, Kokos-, Cashew- oder Mandelbasis tauschen. Käse durch eine vegane Käsealternative ersetzen. Im Reformhaus oder Bioladen gibt es eine gute Auswahl an milchfreien Ersatzprodukten.

Fruktosearm – Tipp: Zucker durch Reissirup oder Getreidezucker ersetzen.

Hefefrei – Tipp: Hefe und Zucker weglassen. Ein Päckchen Backpulver zum Mehl mischen und nach Rezept verfahren. Das Wasser muss hierbei nicht lauwarm sein.

Bild 1: Verschiedene Brotstangen vor dem Backen. Links mit

Käse, dann eine Stange pur und drei Stangen mit glutenfreien Röstzwiebeln verfeinert.



Weitere Bilder: Fertige Brotstangen



