



Vegane Brezel

Ein Rezept von Katharina Arrigoni
www.besondersgut.ch

ZUTATEN

Für den Teig

250g Wasser, kalt, ca. 6 °C

20g Rapsöl, raffiniert

10g Frischhefe

450g Weizen-Weissmehl

50g Weizen-Vollkornmehl, fein

10g Salz

Brezelsalz, Sesamsamen,
Mohnsamen, etc.

Laugenperlen

Teigzubereitung/erste Teigruhe

Am Morgen: Alle Zutaten in angegebener Reihenfolge in die Teigschüssel geben und 5–8 Minuten auf niedriger Stufe kneten. Weitere 5–8 Minuten auf höherer Stufe kneten. Der Teig ist ungewohnt fest, aber doch geschmeidig.

Du kannst den Teig auch von Hand kneten, dies kann bis zum gewünschten Resultat etwas länger dauern und ganz schön kräftezehrend sein 😊

Ideale Teigtemperatur: 21–23 °C.

Luftdicht bedeckt bei 21–23 °C 30 Min. ruhen lassen.

Brezeln formen/zweite Teigruhe

Den Teig mithilfe der Teigkarte auf die unbemehlte Arbeitsfläche geben. Mit dem Teigabstecher 10 Teigstücke abtrennen und präzise abwägen (je ca. 80g). Die Teigstücke zu Kugeln einschlagen, danach zu Teigtaschen formen. 10 Minuten mit einem feuchten Küchentuch bedeckt entspannen lassen. Danach zu ca. 70cm langen Strängen langrollen, die in der Mitte bauchig sind und gegen die Enden immer dünner werden. Zu Brezeln formen und auf zwei Backpapieren verteilen.

Mit einem trockenen Küchentuch bedeckt 1 Stunde bei 21–23 °C reifen lassen.

Dann unbedeckt 2–8 Stunden bei 4 bis maximal 6 °C in den Kühlschrank stellen.

Belaugen/Einschneiden/Backen

Die ersten fünf angesteiften und angetrockneten Brezel aus dem Kühlschrank nehmen, belaugen und mit genügend Abstand auf einem Backpapier verteilen – im Idealfall Dauer-Backpapier verwenden, dann klebt es weniger. Den Bauch auf der Aussenseite im flachen Winkel einschneiden. Nach Wunsch bestreuen.

Sofort im sehr gut vorgeheizten Ofen bei 220 °C ca. 12 Minuten ohne Dampf backen. In den ersten 4 Minuten 1–2-mal kurz die Ofentüre öffnen.

Mit der zweiten Ladung Brezel gleich verfahren.