

Zutaten für 3-4 Personen:

600 g Mehl glatt (in Ö Typ W480, in D 405)
 1,5 TL Salz (=ca. 8 g)
 380 ml lauwarme Milch
 1 EL Zucker (=ca. 10 g)
 ½ Würfel Frischhefe (=20 g)
 oder 1 Pkg. Trockenhefe (=7 g)
 75 ml Sonnenblumenöl

Zum Bestreichen und Bestreuen:

150 ml Wasser
 1 TL Salz (=ca. 5 g)
 10 g Natron (zum Backen)
 grobes Meersalz

Belag nach Wahl

(siehe Video)



Zubereitung:

- 1) Gebt das Mehl und Salz in die Rührschüssel eurer Küchenmaschine.
- 2) Erhitzt die Milch. Sie darf nicht heiß sein, weil sie sonst die Funktion der Hefe zerstört. Kontrolliert die Temperatur, indem ihr einen sauberen Finger ca. 30 Sek. lang in die Milch haltet. Ist euch nicht zu heiß, passt es auch für die Hefe.
- 3) In der Milch löst ihr die Hefe und den Zucker auf.
- 4) Gebt die feuchten Zutaten (Milch-Hefe-Mischung und das Öl) zu den trockenen dazu und verknetet einen kompakten Teig. Kratzt ihn 1-2 Mal mit einer Teigkarte vom Schüsselrand und Knethaken herunter, damit der Knethaken den ganzen Teig erfassen kann.
- 5) Gebt ihn auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche (ich benötige in diesem Fall kein Mehl, weil der Teig nicht klebt), knetet ihn nochmals durch und formt eine Kugel. Diese legt ihr in eine befettete Schüssel, deckt sie ab und stellt sie an einen warmen Ort zum Gehen, für ca. 1 Stunde bis 1 h 15 min. Bei mir steht der Teig auf unterster Schiene in einem 30 Grad warmen Ofen. Bereit ist der Teig, wenn sich sein Volumen verdoppelt hat.
- 6) Legt ihn auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche und knetet ihn nur kurz durch (mit möglichst wenig zusätzlichen Mehl). Rollt ihn so aus, dass ihr ein Rechteck bekommt, welches ca. 45 cm lang ist. Dieses rollt ihr straff auf, bis ihr eine dicke Wurst bekommt. Zwickt die Naht sorgfältig zusammen, damit die Wurst/Rolle nicht wieder aufgeht.
- 8) Diese Rolle bearbeitet ihr nun, wie im Video gezeigt, so lange, bis sie ca. 1 m 15 cm lang ist. In der Mitte ist sie etwas dicker als an den Enden. Sollte der Teig auf der Arbeitsfläche hin und her rutschen, befeuchtet die Arbeitsfläche nur ganz leicht.
- 9) Legt die Rolle auf ein mit Backpapier belegtes Blech, verdreht die dünnen Enden der Rolle ein Mal und klappt sie so um, dass sie am dicken Teil liegen und eine Brezel entsteht (siehe Video). Zwickt sie mit den Fingern fest zusammen.
- 10) Deckt die Brezel sorgfältig ab und stellt sie für ca. 30-40 min an einen warmen Ort zum Gehen. Heißt den Ofen auf 200 Grad O/U Hitze vor.
- 11) In einem Topf erhitzt ihr das Wasser und rührt Salz und Natron ein. Mit dieser Mischung bestreicht ihr die fertig gegangene Brezel 2 Mal hintereinander.
- 12) Bestreut sie nach Wunsch mit grobem Salz oder Sesam und schneidet sie ein. Backt sie ca. 30-35 min. Nach ca. 10 min wird sie außen recht dunkel sein und daher solltet ihr sie mit einer Schicht Alu-Folie abdecken und weiter backen.
- 13) Nehmt sie aus dem Ofen, lasst sie vollständig auskühlen und schneidet sie 1 Mal horizontal durch. Bestreicht die Brezel mit Butter oder/und Frischkäse und belegt sie nach eurem Geschmack. Ich habe Rucola und grünen Salat aber auch verschiedene Schinken- und Salamisorten, Käse, Gemüse und Lachs verwendet. Die Brezel war bei mir auf 3 Teile aufgeteilt: vegetarisch, mit Fisch und mit Fleisch.

Tipp:

- a) Ihr könnt sie gerne ein paar Stunden vorher befüllen und kühl stellen. Achtung bei der Verwendung von Tomaten und Mozzarella: beide sind sehr feucht und weichen die Brezel schnell auf. Daher diese Zutaten nur verwenden, wenn die Brezel zügig serviert wird.
- b) Ihr seid z.B zu sechst? Dann macht ihr am besten 2 solche Brezeln. Die reichen locker für 6-8 Personen.

Zutaten für die Honig-Senf Sauce (zum Räucherlachs):

2 EL Senf (klassisch oder scharf)
 1 EL Honig
 1 Prise Pfeffer
 1 Prise Salz
 2 TL Dill

Sastojci za 3-4 osobe:

600 g glatkog brašna (u AUT tip W480, u D 405)
1,5 kašičice soli (=ca. 8 g)
380 ml toplog mlijeka
1 kašika šećera (=ca. 10 g)
½ kocke svježeg kvasca (=20 g) ili 1 paketić suhog (=7 g)
75 ml suncokretovog ulja

Za premazivanje i posipanje:

150 ml vode
1 kašičica soli (= ca. 5 g)
10 g sode bikarbone
krupna morska so za posipanje

Punjenje po vašem izboru

(pogledajte video)



Priprema:

- 1) Stavite brašno i so u posudu za miješanje.
- 2) Zagrijte mlijeko. Ono ne smije biti vruće. Inače će vam uništiti funkciju kvasca. Provjerite temperaturu tako što ćete čisti prst držati u mlijeku oko 30 sekundi. Ako vama nije prevruće, nije ni za kvasac.
- 3) U mlijeku rastvorite kvasac i šećer.
- 4) Mokre sastojke (mješavina mlijeka i kvasca i ulje) dodajte u suhe i zamijesite kompaktno tijesto. Ostružite tijesto 1-2 puta spatulom sa nastavka za miješanje i sa rubova posude kako bi nastavak za tijesto sve obuhvatio.
- 5) Tijesto stavite na lagano pobrašnjenu radnu površinu (meni u ovom slučaju nije potrebno brašno jer tijesto nije nimalo ljepljivo), ponovo premijesite i formirajte loptu. Stavite je u pomašćenu posudu, prekrijte i stavite na toplo mjesto oko 1 sat vremena ili čak 15 min duže. Tijesto je spremno kada se udvostručilo.
- 6) Stavite na lagano pobrašnjenu radnu površinu i samo kratko premijesite (sa što manje dodatnog brašna). Razvaljajte ga tako da dobijete pravougaonik dužine ca. 45 cm. Tijesto zarolajte tako da dobijete debelu rolnu. Prstima dobro stisnite rubove kako se rolna nebi otvorila.
- 8) Rolnu izrađujte kao prikazano u videu. Dobit ćete rolnu dugačku ca. 1 m 15 cm. Sredina rolne je malo deblja od krajeva. Ako vam tijesto klizi po radnoj površini, malo je nakvasite. Tako ćete tijesto lakše izrađivati.
- 9) Rolnu stavite na pleh obložen pek papirom. Tanke krajeve jednom uvijte pa okrenite i stavite na debeli dio rolne tako da dobijete oblik perca (pogledajte video). Krajeve prstima čvrsto stisnite tako da se zalijepe za tijesto.
- 10) Perac prekrijte i stavite na toplo mjesto da nadolazi oko 30-40 minuta. Zagrijte rernu na 200 stepeni g/d grijači.
- 11) Prokuhajte vodu u šerpi i umiješajte so i sodu bikarbonu. Ovom mješavinom premažite nadošli perac dva puta za redom.
- 12) Po želji pospite krupnom solju ili susamom i urežite nekoliko puta. Sada ga pecite oko 30-35 minuta. Poslije 10-ak minuta izvana će biti prilično taman i zato ga treba prekriti slojem aluminijske folije i nastaviti pečenjem.
- 13) Izvadite iz rerne, ostavite da se potpuno ohladi pa jednom vodoravno prerežite. Premažite perac maslacem i/ili krem sirom i puniti ga po svom ukusu. Koristila sam rukolu i zelenu salatu, razne vrste šunke i salame, sireve, povrće i dimljeni losos. Kod mene je perac bio podjeljen na 3 dijela: vegetarijanski, sa ribom i sa mesom.

Savjet:

- a) Možete perac puniti i nekoliko sati prije i držati na hladnom mjestu. Samo budite oprezni kad koristite paradajz i mozzarellu. Oni su vlažni i brzo će omekšati perac. Zato ih samo koristite ako uskoro planirate da servirate perac.
- b) Ima vas više osoba? Tad je najbolje napraviti 2 ovakva perca, koji će biti dovoljni za šest do osam osoba.

Sastojci za umak od meda i senfa (uz dimljeni losos):

2 kašike senfa (obični ili ljuti)
1 kašika meda
prstohvat bibera
prstohvat soli
2 kašičice kopra