Mahaffisch

Theresa Baumgärtner, Frühlingserwachen Professional

Bärlauchknoten

Griaß di Rezepte Brot&Gebäck Frühling

Gartenparty

ZUBEREITUNG \mathcal{P}



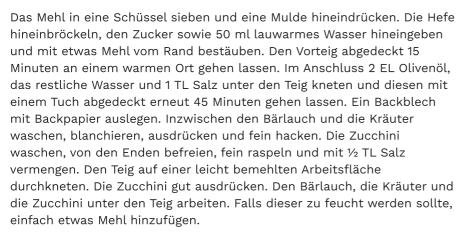
SCHWIERIGKEIT:











Den Teig in vier Teile schneiden und diese erst zu langen Strängen, dann zu einem Knoten oder Zopf formen. Dafür werden die vier Stränge zunächst verkreuzt übereinandergelegt (Abbildung links unten) und anschließend wird jeweils der untere Strang über den danebenliegenden oberen Strang gelegt. Den fertigen Knoten auf das Backblech setzen und 15 Minuten ruhen lassen. Währenddessen den Backofen auf 175 °C (Unterund Oberhitze) vorheizen. Das restliche Olivenöl mit der Milch mischen und den Teig damit bestreichen. Den Knoten im heißen Ofen 45 Minuten goldgelb backen.



ZUTATEN

700 g Dinkelmehl, Type

1/2 Würfel frische Hefe (21 g)

1 TL heller Rohrohrzucker

250 ml lauwarmes Wasser

5 EL natives Olivenöl

1 ½ TL Meersalz

1 Handvoll Bärlauch

2 EL Kräuter, z. B. Schnittlauch, Petersilie, Kerbel

1 kleine Zucchini

2 EL Milch

Backpapier für das Backblech

etwas Dinkelmehl für die Arbeitsfläche