

LAUGENSEMMERL



4.9 bei 93 Bewertungen



70 min



190 Grad



Pikanter
Germteig

Weil sie einfach die Allerbesten sind... ich könnte sie zu jeder Tages- und Nachtzeit verspeisen.

Zubereitung

- 1** Aus den angegebenen Zutaten einen Germteig zubereiten und diesen zugedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen.
- 2** Für die Natronlauge das Wasser aufkochen, das Backnatron dazugeben (Vorsicht: Schäumt etwas auf!) und ca. 10 Minuten sprudelnd kochen lassen.
- 3** Dann den Teig in 65 g-Stücke aufteilen und diese zu glatten Kugeln schleifen und 10 Minuten aufgehen lassen. Für 30 Sekunden mit der Oberseite nach unten in die heiße Lauge legen. Aus der Lauge nehmen und mit Mohn, Sesamöl oder auch grobem Salz bestreuen. Die Semmerl mit einer Schere kreuzweise einschneiden.
- 4** Die Laugensemmel am Backblech nochmals für 10 Minuten gehen lassen und anschließend im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad Heissluft für ca. 20 Minuten mit Dampf backen.



Zutaten

FÜR CA. 15 SEMMERL

TEIG

500 g	Weizenmehl 700
10 g	Salz
50 g	zimmerwarme Butter
300 g	lauwarme Milch
0.5 Stk.	Germ

LAUGE

3 EL	Natron
1.5 l	Wasser