

Wangener Seelen aus Weizenmehl bestreut mit Kümmel und Salz

Vorbereitung 15 Min.

Garzeit 20 Min.

Zeitaufwand gesamt 2 Std. 15 Min.

Menge 1 x 12 Seelen

Zutaten:

1000 g Weizenmehl Type 1050

1 Würfel frische Hefe 42 g

650 ml lauwarmes Wasser

15 g Salz

1 EL grobes Salz zum Bestreuen

1 EL Kümmel



Zubereitung:

Die Hefe im Wasser auflösen. Das Mehl in eine Schüssel geben, dazu das Salz und das Hefewasser und die Zutaten zu einem weichen, klebrigen Teig verkneten (geht am besten mit einem Handmixer oder einer Küchenmaschine).

Den Hefeteig ca. 90 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen, während der Gehzeit 2 x mit nassen Händen in den Teig greifen und ihn zusammenkneten.

Den Teig auf die Arbeitsplatte geben ohne nochmaliges durchkneten. Vom Teig werden jetzt mit einem Teigschaber nach und nach 12 längliche Stücke abgetrennt, jedes Teigstück auf ca. 20 cm langgezogen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech gesetzt.

Die Teigstücke mit einem Geschirrtuch abdecken und nochmals ca. 30 Minuten gehen lassen.

Während der Gehzeit den Backofen auf 230° Grad (Ober- Unterhitze) vorheizen.

Die Teigstücke mit Wasser befeuchten und mit etwas Kümmel und groben Salz bestreuen.

Im Backofen ca. 18 bis 20 Minuten backen.

Auf einem Gitterrost auskühlen lassen.