

THYMIAN-SCHLANGENBROT

ZUTATEN FÜR 4 SCHLANGENBROTE

- 500 G URDINKELMEHL
- 1 PK TROCKENHEFE
- 1,5 TL SALZ
- 2 EL OLIVENÖL
- FRISCHE THYMIANBLÄTTCHEN
- CA. 2,5-3 DL LAUWARMES WASSER



ZUBEREITUNG

1. ALLE TROCKENEN ZUTATEN IN EINER SCHÜSSEL VERMENGEN, DANACH DAS OLIVENÖL UND DIE THYMIANBLÄTTCHEN BEIGEBEN UND NOCHMALS ALLES VERMISCHEN.
2. NACH UND NACH WASSER BEIGEBEN, BIS SICH EIN GLEICHMÄSSIGER TEIG GEBILDET HAT UND DIESEN ZWEI BIS DREI MINUTEN KNETEN.
3. TEIG IN EINEN PLASTIKSACK PACKEN, DABEI GENÜGEND PLATZ LASSEN, DAMIT ER AUFGEHEN KANN. SCHLANGENBROTTEIG AUF DIE WANDERUNG MITNEHMEN UND MINDESTENS 1 STUNDE RUHEN LASSEN, BEVOR ER GEBACKEN WIRD.
4. AM FEUER DEN TEIG IN VIER PORTIONEN TEILEN, DIESE ZU LANGEN STRÄNGEN FORMEN UND JEDEN STRANG UM EINEN «STÄCKEN» WICKELN.
5. SCHLANGENBROT SO LANGE ÜBER DIE GLUT ODER NAH ANS FEUER HALTEN, BIS DAS BROT FERTIG GEBACKEN IST, WAS UM DIE 20-30 MINUTEN DAUERT.

FEUER-RÜHREI

ZUTATEN FÜR 1 EI

- WENIG BUTTER
- EI
- SALZ, PFEFFER & PAPRIKA
- AUSSERDEM: ALUSCHÄLCHEN

ZUBEREITUNG

1. DAS ALUSCHÄLCHEN MIT BUTTER EINREIBEN.
2. EI INS ALUSCHÄLCHEN GEBEN UND MIT SALZ, PFEFFER & PAPRIKA WÜRZEN.
3. SCHÄLCHEN FÜR CA. 4 MINUTEN AUF DIE GLUT LEGEN, AB UND AN DARIN RÜHREN. WENN DIE GEWÜNSCHTE KONSISTENZ ERREICHT IST, DAS ALUSCHÄLCHEN (ACHTUNG HEISS!) VON DER GLUT NEHMEN UND DAS EI MIT DEM SCHLANGENBROT GENIESSEN.