

# Laugenkonfekt

## Laugenkonfekt ganz einfach selber machen

Es gab Laugenkonfekt und heute gibt es nun endlich das Rezept dazu. Laugengebäck wie Laugenbrötchen- oder Brezeln sind hier ja nicht immer zu bekommen. Laugenkonfekt habe ich hier auf Fuerteventura noch gar nicht gesehen und deshalb habe ich es mal selbst versucht. Dafür habe ich mich an einem meiner Laugenbrötchen Rezepte orientiert. Das hat ganz gut geklappt und das fertige Gebäck war super lecker. Ich habe mein Laugenkonfekt nur mit grobem Salz bestreut. Hier könnt ihr aber auch gut Sesam, Mohn, Sonnenblumenkerne oder auch geriebenen Käse verwenden.

Das Laugenkonfekt wird aus einem einfachen Hefeteig gemacht. Dieser muss auch gar nicht all zu lange gehen. Für die "Lauge" verwende ich Natron. Das gibt es ja inzwischen in vielen Supermärkten, oder auch online zu kaufen. Wenn ihr das Natron ins kochende Wasser gebt solltet ihr gut aufpassen. Das schäumt ganz ordentlich. Euer Topf sollte also groß genug sein, damit euch das Wasser nicht überläuft. Nach dem Natron-Bad geht auch schon ab in den Backofen und im Nu habt ihr ein paar frische und super leckere Laugenbrötchen

---

---

## **Super einfaches Laugenkonfekt mit grobem Salz**

Für das Laugenkonfekt zuerst die Hefe zusammen mit dem Wasser und dem Zucker in eine Schüssel geben und verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat. Anschließend für etwa 5-10 Minuten stehen lassen. Das Mehl und das Salz in eine Schüssel geben und vermengen. Das Hefe-Wasser dazu gießen und alles für gute 10 Minuten zu einem gleichmäßige Teig verkneten. Abgedeckt für 1 Stunde gehen lassen. Währenddessen den Backofen auf 180°C Umluft oder 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den fertigen Teig auf die Arbeitsfläche geben, kurz durchkneten, in 6 gleichgroße Stücke teilen und zu Stangen rollen. In einem Topf 2 Liter Wasser zum kochen bringen. Wenn das Wasser kocht, vorsichtig und portionsweise, das Natron dazu geben (das Schäumt ordentlich, nicht erschrecken). Kurz Umrühren, die Temperatur etwas runter drehen und die Teiglinge nacheinander für etwa 30-45 Sekunden in die Lauge geben. Dabei immer wieder leicht runter drücken, damit die Teiglinge rundherum gut benetzt werden. Anschließend zurück auf das Backblech legen und jede Teigstange in 6 Stücke schneiden. Mit grobem Salz, Sesam oder auch Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen für etwa 20 Minuten Backen.

---

**WEITERE REZEPT-IDEEN FÜR BROT & BRÖTCHEN**

---

---

**TOLLE BRÖTCHENBACKFORMEN FINDET IHR HIER**

---

---

---

---

---