

## Fastenbrezen aus Österreich



Traditionelle Brezel zur Fastenzeit aus Österreich.

---

Zubereitungszeit:  
Wartezeit:  
Backzeit: 15 min

---

### ZUTATEN

500 g Weizenmehl Typ 550  
10 g Salz  
10 g Backmalz  
10 g frische Hefe (weniger geht natürlich auch, dann verlängert sich die Ruhezeit entsprechend)  
290 g Wasser, lauwarm  
20 g weiche Butter

## Außerdem

Grobes Meersalz zum Bestreuen

## ZUBEREITUNG

1. Mehl, Salz und Malz in eine Rührschüssel geben.
2. Die Hefe darüber bröckeln und das Wasser dazugeben. Daraus einen glatten Teig kneten. Zwischendurch die Butter dazugeben und weiterkneten, bis der Teig sich vom Schüsselrand löst. Dazu die Küchenmaschine erst 3 Minuten auf niedrigste Stufe, anschließend 5-7 Minuten auf Stufe 2 einstellen. Per Hand kneten geht natürlich auch. Den Teig abgedeckt für 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.
3. Den Backofen auf 210°C Heißluft vorheizen.
4. 2 Backbleche mit Backpapier belegen.
5. Nach der Ruhezeit den Teig in Stücke von je 55 g teilen. Aus jedem Stück eine schmale Rolle formen. Jede Rolle zu einem Kreis formen, aber so, dass an beiden Seiten noch Teig an den Enden übrigbleibt. Diese Enden um die Rolle wickeln. Die Teiglinge auf Backbleche legen, mit Wasser besprühen und mit grobem Meersalz bestreuen. Abgedeckt weitere 10 Minuten gehen lassen.
6. Anschließend in der Ofenmitte ca. 15 Minuten mit Schwaden backen. Dazu entweder Wasser in den heißen Ofen sprühen oder eine feuerfeste Schüssel mit kaltem Wasser oder Eiswürfeln unten in den Backofen stellen und die Tür geschlossen halten.