

REGIONAL & HANDGEMACHT

Brot-Schnecken mit Salat

Zutaten

Zutaten für 8 Schnecken
Ø circa 15 cm

FÜR DEN TEIG

850 g Dinkelmehl Typ 630

5 g Hefe

1 EL Honig

550 ml Wasser

5 EL Olivenöl

15 g Salz

optional 1 EL Brotgewürz

FÜR DIE FÜLLUNG

300 g Postelein

(oder einen anderen Salat)

50 g Butter

Salz & Pfeffer

wer mag, zusätzlich Zwiebel &

Knoblauch



Zubereitung

Zuerst die Hefe mit Honig in etwas lauwarmen Wasser auflösen. Eine Mulde im Mehl formen, Hefe-Wasser hineingeben, dann das übrige Wasser, Öl und optional Brotgewürz hinzufügen.

Die Zutaten auf niedriger Stufe ankneten, dabei das Salz einrieseln lassen. Dann auf höherer Stufe weiterkneten; etwa 3 bis 5 Minuten, bis der Teig sich zu einer homogenen, elastischen Masse verbunden hat.

Den Teig für 2 h bei Zimmertemperatur gehen lassen. Jeweils nach 1 h dehnen und falten. Anschließend den Teig für 12 bis 16 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Füllung Butter (oder Margarine) erhitzen, Salat zufügen und kurz andünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer mag, kann vorher Zwiebeln und Knoblauch in der Butter anbraten.

Den Teig auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck (Maße circa 60 cm x 35 cm) ausrollen. Dabei mehrfach wenden und die Fläche immer wieder leicht nachmehlen. Die Füllung auf einer Seite des Rechtecks verteilen, die andere Seite darüber klappen und an den Seiten leicht andrücken.

Den Teig von der schmalen Seite her in 8 Streifen à 3 cm Breite schneiden. Diese aufrollen und auf ein Backblech setzen. Achtung, nur 4 Stück auf ein Blech geben, die Brot-Schnecken gehen stark auf.

Die Schnecken im vorgeheizten Ofen bei 200 °C Ober- und Unterhitze 10 min anbacken, dann die Temperatur auf 190 °C stellen und weitere 20 bis 30 min backen.

Zubereitungszeit (ohne Back- und Gehzeiten): 1 h / reine Backzeit: 35 bis 45 Minuten / Backtemperatur: zunächst 10 Minuten bei 200 °C Ober- und Unterhitze, dann die Temperatur auf 190 °C regeln / Schwierigkeitsgrad: mittel / Haltbarkeit: Wegen der Butter im Teig sind die Schnecken auch am zweiten und dritten Tag noch schön fluffig.