

# Laugentrilogie: Stangerln

- Dienstag, Dezember 01, 2015

<https://ketex.de/blog/laugentrilogie-stangerln/>

*Hier nun die zweite Variante aus meiner Laugentrilogie. Es sind Laugenstangen. Sie werden ähnlich aufgerollt wie Croissants. Als Aufstreu kann man Hagelsalz, Kümmel oder auch Sesam verwenden. Wer mag, kann auch geriebenen Käse aufstreuen. Viel Spaß beim Nachbacken.*

*Jetzt endlich sind die Laugenperlen zur Herstellung von Natronlauge in meinem Shop lieferbar!*

## 1. Teig für ca. 20 Stangen

- 1000 g [Weizenmehl 550](#)
- 550 g eiskaltes Wasser
- 80 g Schweineschmalz oder Butter
- 42 g (= 1 Würfel) Frischhefe
- 20 g Salz
- 15 g (= 1 EL) [flüssiges Backmalz](#)

Zubereitung

Zubereitung

## 2. Zubereitung

Alle Zutaten in der [Küchenmaschine](#) 8–10 Minuten kneten lassen. Den Teig aus der Maschine nehmen und abgedeckt 5–10 Minuten ruhen lassen.

Den Teig zusammenfalten und zu einem Quadrat ausrollen.

Jetzt Dreiecke von ca. 12 cm Breite und einer Länge von 15 cm schneiden. An der Spitze kann man den Teig noch etwas in die Länge ziehen. Dann rollt man von der breiten Seite die Stangen auf. Man legt sie auf ein mit [Dauerbackfolie](#) ausgelegtes Backblech und läßt die Stangen bei Raumtemperatur 30-45 Minuten gehen.

Danach sollten sie mit dem Blech in den Tiefkühler für 15-25 Minuten gestellt werden, damit sie absteifen können und man sie besser in die Lauge legen kann.

Jetzt eine Natronlauge herstellen: In eine große Stahlschüssel (keinesfalls Plastik!) erst einen Liter kaltes Wasser geben, dann vorsichtig 40 g [Laugenperlen](#) zugeben und umrühren. Die Teiglinge aus dem Gefrierschrank nehmen und mit dem Gesicht nach unten in die Lauge legen. Dabei sind unbedingt Einmalhandschuhe zu empfehlen, tunlichst auch ein Augenschutz (Schutzbrille, ersatzweise eine Brille oder Sonnenbrille), falls mal ein Tropfen spritzt. Die Stangen mit der Oberseite nach unten kurz schwimmen lassen und dann mit einer Schaumkelle wieder auf das mit der Folie ausgelegte Backblech legen.

Sehr viel einfacher, schneller und professioneller geht das Ganze mit dem [Belaugungsgerät](#) der Fa. Häussler, das ich in meinem Shop anbiete.

Mit [Hagelsalz](#) und Kümmel bestreuen.

Den Ofen in der Zwischenzeit auf 250° aufheizen und die Stangen in ca. 15 Minuten schön braun ausbacken.

Man kann selbstverständlich die Hefemenge durch einen Vorteig und eine lange kalte Teigführung über Nacht im Kühlschrank erheblich reduzieren.

---

-