

Hier und heute

Herzhafte Zwiebelstangen und -brötchen

Konditormeisterin Theresa Knipschild backt herzhafte Zwiebelstangen und Zwiebelbrötchen ohne Hefe – mit nur einer Handvoll Zutaten. Das geht ganz schnell und das Ergebnis ist knusprig und ganz besonders lecker!

Das Rezept

(von Theresa Knipschild für zwei Brotstangen oder vier Brötchen)

Zutaten

- 550 g Weizenmehl Type 405
- 250 g Zwiebeln (ca. drei Stück)
- 250 g Quark, mittlere Fettstufe
- 150 ml Wasser
- 50 g Öl, neutrales Pflanzenöl
- 20 g Salz
- 15 g Backpulver
- 10 g Zucker oder Honig
- 1 Ei
- 2 TL Kümmel

Zubereitung

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln darin anbraten. Am besten bei mittlerer Hitze, damit sie gleichmäßig karamellisieren. Alternativ zu den frischen Zwiebeln können Sie auch Röstzwiebeln verwenden.

Mehl, Backpulver, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Quark, Ei und Wasser zugeben und mit der Mehlmischung vermengen. Alles zu einem Teig verarbeiten – entweder mit einer Rührmaschine, einem Handrührgerät oder mit den Händen. Ungefähr vier Minuten kneten.

Brotstange oder Brötchen, das ist die Frage

Zum Schluss die karamellisierten Zwiebeln mit dem Öl zum Teig geben und den Kümmel hinzufügen.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in die gewünschte Form bringen. Aus diesem Teig lassen sich zwei Stangen oder vier bis fünf Brötchen formen.

Brot oder Brötchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und mit Wasser bepinseln – für eine schöne Kruste. Backwaren im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad Umluft für circa 20 Minuten backen, danach bei 160 Grad 20 Minuten fertigbacken. Je nach Größe des Teiglings, Backzeit unbedingt anpassen beziehungsweise verlängern! Fertig ist das Brot, wenn man von unten dagegen klopft und es sich hohl anhört.