

Lagerfeuer und Stockbrot



Grundteig für
6 Portionen

Stockbrot-Rezept und -Anleitung

Damit es mit dem Stockbrot klappt, müssen zwei Dinge vorbereitet werden: ein guter Teig und ausreichend lange Stöcke für alle Teilnehmer.

Stöcke suchen

Material gibt es im Herbst genug, denn dann werden in den Gärten schon die Bäume und Sträucher geschnitten. Die Äste dürfen nicht zu alt sein, sonst sind sie zu morsch und gehören eher ins Lagerfeuer. Und zu kurz sollten Sie nicht sein, damit man genug Abstand zum Feuer hat. Eineinhalb Meter lang und fingerdick sind eine gute Orientierung.

Teig vorbereiten

Zutaten:

250 g	Mehl
½ TL	Salz
20 g	frische Hefe (oder 1 Päckchen Trockenhefe)
150 ml	lauwarmes Wasser
1 TL	Honig
2 EL	Olivenöl

Lagerfeuer und Stockbrot

Zubereitung:

- Mehl und Salz in einer Schüssel vermengen. Die Hefe zerbröckeln und im lauwarmen Wasser unter Rühren auflösen, zur Mehl-Salz-Mischung geben und alles verrühren.
- Öl und Honig zum Teig geben und zuerst mit dem Knethaken des Handrührers, dann mit den Händen auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem glatten Teig verkneten.
- Den Teig in eine Schüssel geben und an einem warmen Ort abgedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen.
- Inzwischen lange, feste Stöcke jeweils an den Enden entrinden oder fest mit Alufolie umwickeln und diese mit Öl bestreichen.
- Den Teig nochmals auf bemehlter Arbeitsfläche mit den Händen durchkneten und in 6-8 Stücke teilen. Jedes Stück zu ca. 20 cm langen Strängen formen.

Tipp: Wenn Sie Trockenhefe verwenden, können Sie alle Zutaten direkt miteinander verkneten.

Und schon kann's losgehen: Jeweils einen Teigstrang spiralförmig um ein Stockende schlingen und an den Enden festdrücken. Stockbrot 10-12 Minuten über dem heißen Feuer rösten, dabei den Stock immer wieder drehen.

Dazu gibt es für alle eine leckere Tasse heißen Kinderpunsch. Der ist ganz einfach herzustellen und schmeckt garantiert jedem.

Tipp: Wer es besonders herzhaft mag, mischt einfach noch etwas geriebenen Käse und Speckwürfel unter den Teig. Süße Schleckermäuler mischen einfach noch ein paar Rosinen oder Schokoladentropfen unter den Teig.