

Salziger Hefeteig – so einfach, so lecker

Bereits vor 4000 Jahren wurden erste salzige Gebäcke mit Hefeteig gebacken und der Hefeteig ist bis heute ein stets beliebtes Gebäck, gleich ob Sie Brötchen backen oder Pizza. Aber auch bei süßem Gebäck darf er nicht fehlen.

Es gibt viele Wunder auf unserer Welt und der Hefeteig ist eines davon. Abertausende kleinste Hefepilze schaffen es, dass sich Mehl, Salz und Wasser zu einem Teig mit einem unvergleichbaren Geschmack und einer einzigartigen Konsistenz verbinden. Die Hefepilze schaffen es, den Teig unglaublich locker zu machen und dass in einer atemberaubenden Geschwindigkeit.



Zubereitung von salzigem Hefeteig:

Bei der Zubereitung gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, und an ihnen scheiden sich oft die Geister.

Methode 1	Methode2	Methode 3
<u>Vorteig:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Hefe, etwas Milch (od. Wasser), etwas Zucker verrühren - 10 Minuten gehen lassen 	<u>Ohne Vorteig:</u> <p>Hefe in etwas lauwarmen Milch auflösen</p>	<u>Ohne Vorteig, mit heißer Milch:</u> <p>Milch stark erhitzen</p>
<p>✓ Hefe mit allen anderen Zutaten verrühren, zu einem glatten Teig abschlagen.</p>	<p>✓ Hefe mit allen anderen Zutaten verrühren, zu einem glatten Teig ab-schlagen.</p>	<p>✓ Milch mit allen Zutaten, außer Hefe!! Kurz verrühren, ✓ dann die zerbröselte Hefe zugeben (eignet sich besonders für Trockenhefe) ✓ zu einem glatten Teig abschlagen.</p>

Tipps zur Zubereitung:

- ✓ Hefeteig muss geknetet werden bis er eine glatte Oberfläche hat und elastisch ist. Am einfachsten gelingt dies in der Küchenmaschine mit dem Knethaken – klebt der Teig an der Schüssel, braucht es ein bisschen mehr Mehl, ist er zu bröselig, ein bisschen mehr Flüssigkeit. Aber Vorsicht, meist reicht ganz wenig.
- ✓ Mit der Küchenmaschine sollte der Teig mindestens 5 Minuten und von Hand mindestens 8 Minuten geknetet werden.
- ✓ Nach dem Kneten den Teig in eine große Schüssel geben und mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken, damit er beim Gehen nicht austrocknet.
- ✓ Die wichtigste Zutat bei der Zubereitung von Hefeteig ist Zeit. Hefeteig muss an einem warmen, ruhigen Ort ausgiebig gehen können. Besonders gut geeignet ist dafür ein Platz in der Nähe der Heizung oder in einem auf 50 °C vorgeheizten Backofen. Beim Backofen aber bitte die Tür leicht öffnen, sonst ist die Temperatur zu heiß – die Hefe geht dann nicht mehr auf.
- ✓ Der Hefeteig sollte beim Gehen sein Volumen in etwa verdoppeln. Dafür benötigt er bei normaler Hefezugabe ca. 45 Minuten Zeit.
- ✓ Nach dem Formen zu Brötchen und Co. Sollte der Teig nochmal ca. 20 Minuten ruhen, dadurch wird das fertige Gebäck feinporiger.