

Zwiebelstangen



Vorbereitungszeit 10 Min



Backzeit 25 Min



So wird's gemacht:

Zwiebeln schälen, halbieren, in den Mixtopf geben und mit Öl 3 Min/120°C Stufe 1 andünsten.

Wasser, Hefe und Honig zugeben und 2 Min/37°C/Stufe 1 erwärmen. Roter Balsamico-Essig, Weizenmehl, Roggenmehl, Butter und Salz zugeben und 5 Min kneten.

Teig auf die Teigunterlage geben und 3 Std abgedeckt ruhen lassen.

Backofen auf 200°C Umluft vorheizen.

Teig in 12 Stücke teilen, leicht bemehlen, in Stränge rollen und in sich drehen. Die Stangen auf 2 Steine oder Bleche verteilen und zusammen im Backofen ca 25 Min backen und am Besten lauwarm servieren.

ZUTATEN:

- 200 g rote Zwiebeln
- 30 g Öl
- 300 g Wasser
- 20 g Hefe
- 10 g Honig
- 10 g roter Balsamico-Essig
- 500 g Weizenmehl
- 150 g Roggenmehl
- 50 g Butter weich
- 2 TL Salz

Gutes Gelingen, Deine Melli