



## Gefüllte weiche Laugenbrezel

Ein Rezept von Cynthia Barcomi

### Zutaten (für neun Portionen):

#### Teig

550 g Mehl  
7 g Trockenhefe (ein Päckchen)  
1 1/2 TL Salz  
1 TL Zucker  
350 ml warmes Wasser  
60 g Butter, Raumtemperatur  
1/2 TL Pflanzenöl für die Schüssel

#### Füllung

100 g Frischkäse  
75 g Gruyère, fein gerieben  
75 g Cheddar, fein gerieben  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
Chiliflocken, nach Geschmack  
200 g TK-Spinat, aufgetaut, abgetropft und fein gehackt (75 g Abtropfgewicht)  
150 g Artischocken-Herzen, abgetropft und fein gehackt  
Laugenbad  
100 g Hausnatron  
2 bis 3 Liter kochendes Wasser

#### Zum Garnieren

1 Ei  
Sesam oder grobes Salz

### Zubereitung:

In einer großen Schüssel Mehl, Hefe, Zucker und Salz mischen. Das warme Wasser und die Butter dazugeben. Mit der Küchenmaschine oder dem Handmixer mit Knethaken vier Minuten kneten. Der Teig bleibt dabei ein wenig weich. Die Teigschüssel leicht einölen und den Teig daran schwenken. Mit einem feuchten Tuch abdecken und 45 Minuten gehen lassen.

Für die Füllung alle Zutaten in einer großen Schüssel gründlich vermengen.

Den Teig in neun Stücke teilen. Mit den Händen ein Stück flachdrücken (ca. 30 x 8 cm). Zwei Esslöffel der Füllung auf dem Teig verteilen, den Rand zusammendrücken und alles zu einer langen Wurst ausrollen. Den gefüllten Teig zu einem „U“ biegen, die Enden umeinanderdrehen, nach unten biegen und an den Teig drücken. Auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech geben. Mit allen Teigstücken genauso verfahren. Danach die Brezeln unbedeckt für mindestens eine Stunde (besser über Nacht) im Kühlschrank kühlen. So sind die Rohlinge handlicher für das Natronbad.

Ofen auf 220 Grad Umluft oder Ober-Unterhitze vorheizen. Das Wasser zum Kochen bringen, vom Herd nehmen, Natron dazugeben, dann wieder erhitzen und das Wasser köcheln lassen. Immer zwei bis drei Brezeln für 30 Sekunden pochieren. Mit einem Schaumlöffel entnehmen, abtropfen lassen und aufs Backblech legen. Das Ei verquirlen und jede Brezel damit bestreichen. Mit Sesam oder grobem Salz bestreuen und 12 bis 13 Minuten backen.