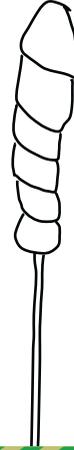


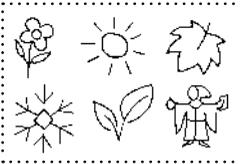
STOCK BROT

fürs Lagerfeuer



Du brauchst
für 4 Personen

- 500 g Mehl
- 1½ TL Salz
- 300 ml Wasser
- ½ Würfel Hefe (20 g)



1. Mehl und Salz in einer Schüssel mischen.
2. Einen Teil des Wassers in einen Becher geben und die Hefe einrühren bis sie sich aufgelöst hat. Dann das Hefewasser und den Rest des Wassers zum Mehl gießen.
3. Teig kneten, bis er weich und elastisch ist (etwa 10 Minuten lang). Anschließend in der Schüssel mit einem Tuch abgedeckt eine Stunde gehen lassen.
4. Um das Brot über dem Feuer zu backen, aus einer Handvoll Teig eine lange Schlange formen und sie um das Ende eines Stocks wickeln. Gut festdrücken, über die Glut halten und immer wieder wenden. Ab und zu auf das Brot klopfen – wenn es hohl klingt, ist es durchgebacken.

