

Hefeteig – Ein Grundrezept

Zutaten:

500 g Mehl, 75 g Zucker, 1 Prise Salz, 1 Würfel frische Hefe (42 g) , 200 ml lauwarme Milch, 100 g weiche Butter, 2 mittelgroße Eier.

Zubereitung:

Mehl, Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. In die Mitte eine Mulde drücken. Hefe und 5 EL lauwarme Milch verrühren, in die Mulde geben und mit etwas Mehl vom Rand verrühren. Den Vorteig an einem warmen Ort zugedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen. Fett, Eier und übrige Milch zum Vorteig geben und zunächst mit den Knethaken der Küchenmaschine, dann mit den Händen, zu einem glatten Teig verkneten. Den Hefeteig an einem warmen Ort zugedeckt 30-45 Minuten gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Weil der Hefeteig dafür ordentlich Sauerstoff benötigt, die Schüssel nur mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken, nicht verschließen! Auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. So wird der Teig besonders elastisch und geht beim Backen gleichmäßig auf. Teig auf einem Backblech ausrollen und ein weiteres Mal gehen lassen, bis sich sein Volumen sichtbar vergrößert hat. Den Hefeteig anschließend nach Rezept belegen und backen.

Guten Appetit!

Die Basiszutaten für einen einfachen Hefeteig sind Mehl, Hefe und eine Flüssigkeit wie Milch oder Wasser. Je nach Rezept kommen dann Fett, Zucker und Eier hinzu. Unser Grundrezept reicht für ein Backblech und eignet sich hervorragend für einen Obstbelag In unserem Beispiel Rhabarber – wahlweise mit Streuseln.

