

good food loop

Kraiderbrout mat Ēnnen

Waat brauch ech?

- 600g Miel
- 3 TI Salz
- 1-2 Cube fräsch Hief
- 300ml wootlecht Waasser
- 2 Knuewelékszéiwen
- 3 El Herbes de Provence
- 6 El Olivenueleg

Fir d'Kräider:

1. 3 Knuewelekszéiwen kleng schnéiden. Mat 5 EL „Herbes de Provence“ a 9 EL Olivenueleg verméschen.
2. Alles zesumme virsiichteg erhätzen an ofkille loosse.

Fir den Deeg:

1. Miel an enger grousser Schossel mat 3 TI Salz verméschen. An d'Métt vum Miel eng Kaul drécken. Wootlecht Waasser an d'Kaul schédde a 1 Cube Hief am Waasser opléisen. Dëst mat Hëllef vun enger Forschette. Lues a lues mat ëmmer méi Miel verméschen bis datt en zeien Deeg entsteet. Den Deeg mat den Hänn gutt 10 Minutte laang knieden. Dann ½ Stonn op eng wwarm Plaz stellen fir datt en opgeet.
2. No der ½ Stonn den Deeg nach eng Kéier duerchknieden a mat dem Kraiderueleg verméschen.
Dann eng wieder Kéier ¼ Stonn opgoe loosse.
3. Den Deeg an eng gebottert rechteckeg Bakform ginn, 2-3mol uewen mat engem Messer aschneiden an am Schäffche baken.
D'Brout ass färdeg, wann et huel klengt wann een drop klappt.

Fir de Belag:

1. 8 roud Ennen a Réng schneiden. Ueleg an enger Paan erhätzen an d'Ennen undénsten. Mat ongeféier 150 ml Balsamicoesseg verméschen a während 10 Minutte „köcheln“ lossen.
2. 3-4 El Hunneg dobäi ginn an d'Ennen licht karamelliséieren.
3. Mat 150g zergrimmelten Feta verméschen an nach eng Kéier kuerz waarm gi loosse.