



Frau Reisigs Stockbrot

Zum Sommer gehören Mückenstiche, Badetage, die langen Ferien – und mindestens ein Lagerfeuer. Und das wird noch schöner, wenn man gemeinsam am Feuer sitzt und Stockbrot backt. Conni liebt den Geruch von frischem Brot – und ganz besonders, wenn es draußen über dem Feuer gebacken wird. Hier kommt ein Rezept für den Stockbrotteig, das Connis Lehrerin Frau Reisig Conni, Billi und Anna verraten hat.



20 Minuten



Einfach



8 Portionen

Zutaten

400 Gramm	Typ 405, Weizen oder Dinkel
1 Tüte	Trockenhefe
1 Esslöffel	Zucker
300 Milliliter	warmes Wasser
1 Teelöffel	Salz
2 Esslöffel	Sonnenblumenöl

Das brauchst du noch

Eine Schüssel

Saubere, dünne, lange Stöcke

Schritte

- 1** Gib Mehl, Zucker und Trockenhefe in eine Schüssel, streue das Salz darüber und vermische alles mit dem Wasser zu einem Teig.
- 2** Den Teig lässt Du in der Schüssel circa 15 Minuten an einem warmen Ort (optimal sind 19-25 Grad) gehen und knetest ihn anschließend nochmals kurz durch. Sollte er zu weich für Stockbrot sein, musst Du unter Kneten so lange Mehl dazugeben, bis er fest genug ist.
- 3** Teile den Teig in 8 etwa gleich große Stücke. Die einzelnen Teigstücke für das Stockbrot bestäubst Du rundum mit Mehl, bis sie nicht mehr an den Händen kleben. Vorher bestäubst Du am besten auch Deine Hände mit Mehl.
- 4** Und jetzt kann es losgehen: Rolle eine lange Wurst aus einem Teigstück und wickle es wie eine Schlange um den gesäuberten Stock, so dass es von selbst hält. Den Stock hältst Du (nicht zu dicht) über das Feuer und drehst ihn dabei, damit das Brot von allen Seiten gebacken wird.
- 5** Viel Spaß und pass auf, dass Dein Brot mitsamt Stock nicht verbrennt! Davor schützt ein Stück Aluminiumfolie, das Du um die Stockspitze wickelt. Besonders gut für Stockbrot eignen sich übrigens Haselnusszweige.
- 6 Und noch eine Bitte:** Brich nie irgendwelche Zweige von Bäumen ab, wenn Du Stockbrot machen willst, sondern frag immer einen Erwachsenen, ob es die richtigen sind. Denn es gibt Giftpflanzen, an denen Du Dir furchtbar den Magen verderben kannst, wenn Du sie für euer Stockbrot benutzt.