Artikel vom 23.07.2025 · Ausgedruckt am 12.11.2026, 14:15 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/laugenhappen-mit-karamellisierter-knoblauchbutter

Laugenhappen mit karamellisierter Knoblauchbutter



Zutaten (für 16 Happen):

Teig:

300 g Mehl

1 P Trockenhefe

1 TL Zucker

2 TL Salz

200 ml lauwarmes Wasser

grobes Salz zum Bestreuen

Mehl zum Bearbeiten

Lauge:

1,5 l Wasser

60 g Kaiser-Natron

Butter:

250 g Butter

1 Knolle Knoblauch

1 TL Meersalz

Marinade:

2 Teile Öl

2 Teile Senf

1 Teil Honig

½ Teil Salz

½ Teil Zwiebelpulver

Zubereitung:

Für die Butter die Knoblauchzehen aus der Knolle lösen und mit der Butter in einem kleinen Topf geben. Bei mittlerer Hitze die Butter schmelzen lassen. Unter gelegentlichem Rühren auf kleiner Flamme so lange simmern lassen, bis sich die Butter deutlich bräunt. Dann die Knoblauchzehen mit einem Löffel vorsichtig ausdrücken oder nach Geschmack herausnehmen und fein würfeln. Die Butter durch ein feines Sieb oder einen Filter laufen und dann abkühlen lassen. Ist die Butter auf Zimmertemperatur abgekühlt mit dem Schneebesen oder einem Mixer schaumig aufschlagen und am Ende Meersalz zugeben. In eine Schüssel füllen und im Kühlschrank festwerden lassen.

Für den Teig Mehl, Salz, Zucker und Hefe in einer Schüssel mischen, das Wasser unter Rühren langsam einarbeiten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht, der sich leicht von der Schüssel löst. Zugedeckt an einem warmen Ort etwa 30 Minuten ruhen lassen, bis der Teig deutlich gegangen ist. Inzwischen das Wasser für die Lauge in einem großen Topf zum Kochen bringen, dann von der Hitze nehmen und langsam nach und nach das Natron einrühren – Achtung, es sprudelt dabei teilweise stark!

Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Den gegangenen Teig in 16 Stücke portionieren und diese auf einer leicht bemehlten Fläche rund formen. Die Teiglinge dann vorsichtig in die warme Lauge gleiten lassen und pro Seite 10 bis 15 Sekunden ziehen lassen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech mit etwas Abstand zueinander platzieren. Auf die feuchte Oberfläche nach Geschmack Salz streuen. Die Teigmenge passt auf 2 Bleche, die gemeinsam gebacken werden können. Insgesamt beträgt die Backzeit etwa 15 Minuten, nach 10 Minuten sollten die Bleche für eine gleichmäßige Bräunung getauscht werden. Die Laugenhappen am selben Tag mit der Butter servieren.

Resteverwertung:

Wenn Laugengebäck übrigbleiben sollte, dieses einfach mit der Marinade zu knusprigen Stückchen weiterverarbeiten. Dazu das Laugengebäck in kleine Stückchen reißen oder schneiden. Marinade gut vermischen und die Stückchen darin mehrmals wenden. Wenn die Marinade vollständig aufgesogen ist, die Stücke entweder auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech im vorgeheizten Backofen bei 160 °C Umluft auf mittlerer Schiene etwa 20 Minuten backen oder in der Heißluftfritteuse auf dem Gittereinsatz so verteilen, dass sie nicht übereinander liegen und auf Airfry bei 160 °C etwa 10 Minuten backen.

Kathrin Fries