



Die Hefe löst ihr am besten im lauwarmen Wasser auf, dann knetet sich der Teig wie von selbst mit einem großen Kochlöffel oder in der Küchenmaschine mit Knethaken.

Für das Brotgewürz empfehlen wir 3 Teile Koriander, 2 Teile Fenchel, 1 Teil Kümmel und eine "Prise" Anis. Ihr könnt entweder die ganzen Samen kaufen und frisch malen, was sehr lecker schmeckt, ansonsten könnt ihr auch gerne ein Brotgewürz aus dem Supermarkt nach eurem Geschmack verfeinern.

Wenn der Teig fertig geknetet ist, bitte zudecken und für eine halbe Stunde ruhen lassen, damit die Hefe anfangen kann, zu arbeiten. Danach kanns losgehen 😊

Zum Wuzeln nehmt ihr am besten Roggenmehl auf die Arbeitsfläche, wenn ihr keins mehr habt, geht Weizenmehl natürlich auch (Roggenmehl trennt besser). Die Stöcke reibt ihr mit ein wenig Pflanzenöl ein, dann lassen sich die Brote ganz leicht runter schieben und ihr müsst nicht fieseln.

Die Teigportionen werden ungefähr auf Unterarmlänge lang gemacht und sollten ungefähr gleich dick sein. Danach könnt ihr sie auf der Arbeitsfläche schneckenartig auf den Stock drehen, die Enden dabei gut zusammendrücken.

Wir wünschen euch viel Freude beim Backen und Stockbrotwuzeln/-essen, bis bald im Obstgarten 😊