



Stockbrot – das Grundrezept

AUF EINEN BLICK



Was

Klassisches Stockbrot über der Glut



Wofür

Lagerfeuerabend, Gruppenstunde, Lager



Merksatz

Glut statt Flamme



15 Min. Teig + 45 Min. Gehzeit



für ca. 10 Stockbrote



enthält Gluten



Zutaten

- ☐ 500 g Weizenmehl (Type 405 oder 550)
- ☐ 1 Päckchen Trockenhefe (7 g)
- ☐ 1 TL Salz und 1 TL Zucker
- ☐ 250 ml lauwarmes Wasser
- ☐ 3 EL Öl



So geht's

- 1 Mehl, Hefe, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen.
- 2 Wasser und Öl dazugeben und mindestens 5 Minuten zu einem glatten Teig kneten.
- 3 Abdecken und an einem warmen Ort 45 Minuten gehen lassen.
- 4 Frische, daumendicke Stöcke (ca. 1 m) suchen, vorne die Rinde abschälen.
- 5 Teig in 10 Portionen teilen, zu Schlangen rollen und spiralförmig um das Stockende wickeln.
- 6 Über der Glut langsam drehen, bis das Brot goldbraun ist (ca. 10–15 Minuten).



Varianten

- **Süß:** 2 EL Zucker und 1 TL Zimt in den Teig.
- **Pizza-Stockbrot:** Kräuter und geriebenen Käse einkneten.
- **Schnell:** Fertigen Pizzateig aus dem Kühlregal nehmen.



Sicherheit: Allergien abfragen (Gluten!). Abstand zum Feuer halten, mit den Stöcken nicht herumfucheln.