

Stuten

Das helle, fast süße Weißbrot, das man im Münsterland durchaus nicht nur zum Frühstück und zur Marmelade sondern gerne zu allen herzhaften Speisen isst, kann man mühelos selbst backen: ein ganz normaler Hefebrotteig, der mit Milch statt mit Wasser angesetzt wird sowie Schmalz enthält.



Zutaten:

- 500 g Mehl
- ¼ Würfel Hefe (10 g)
- circa 400 ml Milch
- 50 g Schmalz
- 1 EL Zucker
- ½ TL Salz

Zubereitung:

Mehl in die Schüssel der Küchenmaschine füllen, Hefe in der Hälfte der lauwarmen Milch auflösen und hinzugeben. Das Schmalz zufügen, ebenso Zucker und Salz. Die Maschine auf langsamer Stufe rühren lassen, bis sich alles zu einem weichen, glatten Teig verbunden hat. Dabei so viel Milch wie nötig begeben.

Sobald sich der Teig glatt vom Schüsselrad löst, herausholen, kurz von Hand durchwalken, dann zur Kugel geformt in einer mit Mehl ausgestäubten Schüssel eine halbe Stunde gehen lassen. Schließlich nochmals durchkneten, zu zwei Laiben formen und in mit Backpapier ausgelegte Kastenformen betten.

Zunächst in den 200 Grad Celsius vorgeheizten Ofen schieben (220 Grad Celsius Ober- und Unterhitze), nach zehn Minuten auf 160 Grad Celsius Heißluft (180 Grad Celsius Ober- und Unterhitze) herunterschalten und eine weitere halbe Stunde backen.

Der Stuten glänzt appetitlich, wenn man ihn fünf Minuten vor Backzeitende aus der Form holt, mit Milch einpinselt und nochmals kurz in den Ofen schiebt.