



## Zwiebel-Salbei-Brot

Apéro, KSW 09.12.2016

**Vorbereitung** 30 Minuten + ca. 2 Stunden aufgehen lassen • **Kochen** ca. 45 Minuten backen • **Portionen** 8 Per. 1 Gugelhupfform 18cm •

**Schwierigkeitsgrad** Leicht • **Quelle** Saison Küche

### ZUTATEN

4 Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

4 EL Olivenöl

1 Bund Salbei

500g Mehl

3 TL Salz

1 EL Zucker

20g Hefe

3 dl Wasser, warm

2 EL Olivenöl

Öl für die Form

50g geriebener Sbrinz

aufgehen lassen.

4.

Backofen auf 190 °C vorheizen. Zwiebel-Salbei-Brot in der Ofenmitte ca. 45 Minuten backen. Ca. 5 Minuten abkühlen lassen, aus der Form stürzen. Brotstücke lassen sich ganz einfach von Hand abreißen.

### INFORMATIONEN ZUM NÄHRWERT

Portion ca.

Kalorien: 340 kcal; Eiweiss: 11 g; Fett: 10 g; Kohlenhydrate: 50 g

### ZUBEREITUNG

1.

Zwiebeln halbieren und in Streifen schneiden. Knoblauch hacken. Öl erhitzen. Zwiebeln begeben, ca. 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren weich dünsten. Knoblauch begeben, kurz weiter dünsten. Pfanne vom Herd ziehen. Abkühlen lassen.

2.

Salbeiblätter von den Stängeln zupfen. Die Hälfte der Blätter hacken. Rest beiseite stellen. Mehl, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde bilden. Hefe im Wasser auflösen, in die Mulde giessen. Teig verkneten. Gehackten Salbei und Öl begeben.

Zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. Mit einem feuchten Tuch zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde auf das Doppelte aufgehen lassen.

3.

Form mit Öl auspinseln. Teig zu einem Rechteck à ca. 30×50 cm auswallen. Zwiebelmasse darauf verteilen. Beiseite gestellten Salbei und Sbrinz darüber streuen. Rechteck längs vierteln. Streifen aufeinander stapeln. In Vierecke à ca. 6 cm schneiden. Teigstücke in die Form stellen. Teig mit einem feuchten Tuch gedeckt erneut ca. 1 Stunde