

**Robert Schorp**

**Freitag, 28.02.2020**

**Paprikastangen**

**Für ca. 20 Stücke**

**Zutaten:**

1	kg	Weizenmehl (Type 550)
22	g	Salz
15	g	Hefe
700	ml	Wasser
20	ml	Olivenöl
250	g	Paprika, bunt
etwas		Hartweizengrieß



**Zubereitung:**

1. Für die Paprikastangen Weizenmehl, Salz, Hefe, 10 ml Olivenöl und Wasser ca. 10 bis 15 Minuten zu einem Teig verkneten.
2. Paprika in kleine Würfel schneiden und mit ein wenig Mehl in den Hefeteig einarbeiten.
3. Eine Schüssel mit dem restlichen Olivenöl (10ml) bestreichen, den Hefeteig in die eingölte Schüssel legen und eine Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen. Danach den Hefeteig für 12 bis 24 Stunden im Kühlschrank lagern.
4. Backblech mit Backpapier auslegen.
5. Arbeitsfläche mit Hartweizengrieß bestreuen, Hefeteig auf bestreute Arbeitsfläche stürzen, den Hefeteig mit Hartweizengries bestreuen. Rechtecke mit ca. 100g abstechen, auf das vorbereitete Backblech setzen und 20 Minuten entspannen lassen.
6. Den Backofen auf 240 °C Ober- und Unterhitze vorheizen und die Paprikastangen 22 bis 25 Minuten backen.

**Unser Tipp:** Die Paprikastangen harmonieren sehr gut mit einem Feigenkäse und einem Glas Weißwein, z.B. Grauburgunder.

**Nährwert:** Pro Stück: Kcal: 176, KJ: 436, E: 6g, F: 1g, KH: 36g