

21. Wikingerbrot

Brotbacken im Wald mit eigenem Backofen oder am Holzstecken.

Brotbacken im Wald-mit dem selbstgebauten Backofen. Zur Verdauung wäre ein Versteckspiel bestimmt spannend.



Alter: von 6 - 12

Zeitbedarf: 2 Stunden

Ort: Im Wald

Kosten: Anschaffungskosten für die Lebensmittel
Eventuell Material für den Backofen

Rezept für Wikingerbrot:

Das Brot: 320 ml Wasser
2 Kaffeelöffel Salz
500 g Mehl
20 g Trockenhefe

Zu Hause vorbereiten: Mehl, Hefe und Salz in einer Schüssel mischen. Eine Mulde formen. Wasser dazu giessen. Alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. Der Teig geht beim Transport auf.

Den Teig zu Brötchen formen und im Waldbackofen backen oder als Schlangenbrot zu Strängen rollen, um einen Stecken wickeln und vorsichtig über der Glut backen.

Der Waldbackofen:

Der Waldbackofen wird folgendermassen gebaut: Man gräbt ein Loch in einen steilen Abhang oder baut zwei Mauern mit Steinen. Ein Metallfass so einsetzen, dass unter dem Fass genug Raum für ein Feuer ist und die Abluft durch einen Spalt oder ein Rohr entweichen kann. Ein Feuer unter dem Fass anzünden.. Durch die Erwärmung des Feuers wird das Fass und die Luft darin heiss. Auf einem Blech oder Gitterrost kann so gebacken werden. Dabei sollte der Einsatz so gewählt, werden, dass er etwa ca. 2-4 cm schmaler ist als die breiteste Stelle der Fassöffnung.

