

Rezept für Abendmahl anders

Abendmahl anders – freundlich zur Verfügung gestellt von Pfarrerin Renate Kersten (Berlin)

Abendmahlsbrot aus Mehl, Hefe und Traubensaft

Rezept:

500 g Mehl (Dinkel oder Weizen, gern Vollkorn)

½ Würfel Frischhefe

300-500 ml weißen Traubensaft

1 Prise Salz

- Mehl in die Backschüssel sieben, Salz hinzufügen, in die Mitte eine Mulde drücken, Hefe hineinbröckeln, mit etwas Traubensaft zu einem Vorteig verrühren, 15-20 min gehen lassen
 - den Vorteig mit dem restlichen Mehl und wieder Saft zu einem Teig erst verrühren, dann kneten; den Saft eher sparsam verwenden; 30 min gehen lassen
 - Teig gründlich kneten; wünschenswert ist die Konsistenz von dünn ausrollbarem Pizzateig. Einen Teil abnehmen, dünn (ca. 2 mm) ausrollen, mit einem runden Glas (Durchmesser bis 3,5 cm) Hostien ausstechen und auf das mit Backpapier ausgelegte Blech setzen
 - Ofen auf 170° C vorheizen (Doppelhitze)
 - Hostien mit dem Backpinsel mit Traubensaft bestreichen
- 15-20 min auf mittlerer Schiene backen
- auskühlen lassen und in einer Brotdose verwahren