

Stockbrot

Für ungefähr 20 Stockbrote benötigt ihr ein Kilo Mehl, zwei Teelöffel Salz und etwa 300 ml Wasser. Das Mehl kommt zusammen mit dem Salz in eine grosse Schüssel. Gib das Wasser dazu und knete solange, bis der Teig nicht mehr an deinen Händen klebt. Je nachdem, was für ein Mehl du verwendest, musst du vielleicht noch mehr Mehl dazu geben.

Zum Backen verwendest du einen langen Ast ohne Rinde oder einen Stock, der etwa so dick ist wie ein Besenstiel. Teile den Teig in ca. 20 kleine Stücke und wickle diese um den Stock. Der Teig sollte möglichst gleich dünn sein, damit er gleichmässig gar wird. Halte den Stock über das Feuer und drehe ihn regelmässig. Sobald der Teig aussen schön braun ist, ist das Brot gar. Lass es auskühlen und drehe es dann vorsichtig vom Stock.

Hier ein Trick: Wenn du dem Teig Hefe beifügst, wird das Brot luftiger. In der Steinzeit gab es noch keine Hefe, du hast dann also kein «richtiges» Steinzeitbrot mehr. Informiere dich genau, wie du die Hefe verwenden musst, damit es sicher klappt.

