



Pfarrgemeinde Laterns
zum Hl. Nikolaus und der
Expositur Maria Hilf in Innerlaterns

Liebe Laternser und Laternserinnen!

Die Pfarre Laterns lädt euch ein, über den Sommer hin in Kontakt zu bleiben.

Ein zentrales Symbol unseres Glaubens ist das Teilen des Brotes als Zeichen der Verbundenheit und Fürsorge. In diesem Sinne hatten wir die Idee, einen für viele altbekannten „Hermann“ auf Reisen zu schicken.

Es geht ganz einfach: Mit diesem Teigansatz lässt sich mit Hilfe des beiliegenden Rezepts ein Brot oder ein Kuchen backen. Lass den Hermann ruhen, füttere ihn nach den Vorgaben, kopiere die Rezepte sowie die Anleitung und verschenke ihn weiter.

Wir freuen uns über ein Foto von dir und deinem Hermann, oder von deinem fertigen Gebäck. Dein Foto sende bitte an: info@kath-kirche-vorderland.at

Segensgebet für dein fertiges Gebäck:

Deine Gaben!

Lieber Gott, wir leben von deinen Gaben.

Segne unser Haus, segne unser Brot.

Gib uns Kraft, von dem was wir haben,
anderen zu geben in Hunger und Not.

Amen

Die Pfarre Laterns wünscht allen einen schönen Sommer, viel Spaß beim Backen und unserem Hermann eine lange, spannende Reise!

Alle Unterlagen zur „Hermannreise“ findet ihr auch auf unserer Homepage unter: www.pfarre-laterns.at

Sommer
Kirche

SOMMERKIRCHE.AT

Mein Name ist **Hermann**...

...und wenn du magst, ziehe ich bei dir ein!

Ich bleibe für zehn Tage oder länger, wie du es für mich einrichten kannst. Am Ende der zehn Tage darfst du bis zu zwei Teile von mir wegnehmen und an Freunde verschenken, den Rest von mir kannst du zum Backen verwenden. Du kannst mich natürlich auch behalten und nur einen Teil weitergeben, dann werden wir in den nächsten Wochen, Monaten oder auch Jahren viel Freude miteinander haben. Am liebsten mag ich es, wenn du mich in der Kunststoff- oder Glasschüssel aufbewahrst.



Wenn du magst, kannst du mir auch zwischendurch ein wenig Ruhe gönnen und mich in der Tiefkühltruhe einfrieren. Nach dem Auftauen kannst du dann so vorgehen, als ob ich den ersten Tag bei dir wäre und wie es im folgenden beschrieben wird:

1. Tag: Heute muss ich mich erst einmal eingewöhnen. Du brauchst dich nicht um mich zu kümmern. Stell mich einfach in den Kühlschrank und gönn mir ein wenig Ruhe.
2. bis 4. Tag: In den kommenden drei Tagen möchte ich einmal am Tag kräftig umgerührt werden, am besten mit einem Holz- oder Plastiklöffel (kein Metall).
5. Tag: Ich bin sehr hungrig! Bitte füttere mich mit 100 g Weizenmehl, 150 g Zucker und 150 ml Milch. Auch brauche ich jetzt mehr Platz, also fülle mich gegebenenfalls in eine größere Schüssel um und stell mich wieder in den Kühlschrank.
6. bis 9. Tag: Ich brauche jeden Tag einmal kräftig Bewegung (Umrühren mit Holz- oder Plastiklöffel!).
10. Tag: Heute ist Backtag, aber vorher möchte ich nochmal mit 100 g Weizenmehl, 150 g Zucker und 150 ml Milch gefüttert werden.

Nach dem letzten Füttern ist es dann so weit: Ich bin fertig und du kannst mich in vier gleich große Portionen teilen (je ca. 200 Gramm), die jeweils zum Backen verwendet werden können. Du kannst die Portionen aber auch weiterpflegen und wieder mit Tag 1 beginnen. Alternativ kannst du mich auch portionsweise einfrieren, wenn du gerade keine Zeit hast und z.B. ein Urlaub bevorsteht.

Die traditionelle Regel lautet: Mit einem Teil backen, einen Teil selbst weiter pflegen, zwei Teile verschenken samt Pflegeanleitung und Rezepte, damit auch andere Freude am Hermann haben!

Sommer
Kirche

VERBINDET

REZEPTE

Saftiger Hermann-Kuchen

Um mit dem Hermann-Grundteig einen schnellen, leckeren Kuchen zu backen, benötigst du folgende

Zutaten:

1 Portion Hermann-Teig von Tag 10 (ca. 200 g)

200 g Weizenmehl

100 g Zucker

200 ml Milch

100 ml Öl, 3 Eier

1 Pkg. Vanillezucker 1, Prise Salz, 2 TL Backpulver

optional: 100 g geriebene oder gehackte Nüsse, Mandeln, Rosinen oder Schokostreusel

Zubereitung: Alle Zutaten zu einem glatten Teig verrühren. In eine gefettete, bemehlte Kastenform oder Gugelhupfform füllen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Umluft 160 °C) circa 45 bis 55 Minuten backen. Zum Ende der Backzeit eine Stäbchenprobe machen.

Wenn du den Kuchen Freunden oder Verwandten servierst, hast du bestimmt gleich Interessenten dafür, eine Portion Hermann-Teig zu übernehmen.

Einfaches Hermann-Brot

Auch ein Hermann-Brot ist schnell und einfach gemacht, zum Beispiel fürs Sonntagsfrühstück.

Zutaten:

1 Portion Hermann-Teig von Tag 10 (ca. 200 g)

250 g Weizenmehl 250 g Weizenvollkornmehl

ca. 300 ml Wasser

½ TL Salz

1 Pkg. Trockenhefe oder ½ Würfel Frischhefe

Zubereitung: Alle Zutaten zu einem Teig verrühren. Der Teig soll weich sein, aber nicht kleben. Bei Bedarf einfach etwas mehr Wasser zugeben. Rührschüssel abdecken und den Teig 120 Minuten gehen lassen. In eine große, gefettete und bemehlte Kastenform geben. Nochmals 45 bis 60 Minuten gehen lassen. Backofen auf 190 °C (Umluft 170 °C) vorheizen und ca. 40 bis 45 Minuten backen.

Guten Appetit!

Sommer
Kirche