

## Selbst gemachte Knete (Salzteig)

Du brauchst:

2 Tassen Mehl  
1 Tasse Salz  
1 Tasse Wasser  
1-2 Esslöffel Öl

- Mehl und Salz mischen.
- Heißes Wasser dazu geben und verkneten. (Wenn man ein elektrisches Rührgerät mit Knethaken benutzt, kann man auch kochendes Wasser nehmen.)
- Eventuell etwas Öl dazu tun und verkneten. Das macht den Salzteig weicher.

Am besten lässt man den Teig über Nacht in einer verschlossenen Plastikdose (z.B. leere Eisdose). Dann lässt er sich am nächsten Tag prima kneten.

In einer verschlossenen Dose kann man diese natürliche Knete einige Tage aufheben.

### Tipps:

Man kann ihn auch ausrollen und Formen ausstechen.

An der Luft härtet er in wenigen Tagen aus.  
Schneller geht es bei niedriger Temperatur im Backofen.

Man kann den getrockneten Salzteig auch anmalen.

Lange haltbar wird er aber nur, wenn man ihn lackiert. Sonst zieht das Salz mit der Zeit die Feuchtigkeit aus der Luft an.

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



**Kitz** Bund