



# Selbstgemachte Räucherstäbchen

## Zutaten:

- 90 ml Wasser
- 1 EL Mehl
- ½ EL Zucker
- 2 EL Harz oder Weihrauch
- 4-5 EL fein gemahlene Gewürze oder trockene Kräuter
- Optional einige Tropfen ätherische Öle

## Zubereitung:

- Für die Klebmasse Wasser, Mehl und Zucker gut verrühren und bei mittlerer Hitze langsam aufkochen, dabei immer umrühren.
- Die Masse 2 Minuten quellen lassen, dann von der Platte nehmen und abkühlen lassen.
- Ggf. Kräuter im Mixer fein mahlen, Harz/Weihrauch im Mörser fein mahlen (verklebt oft im Mixer).
- Harz/Weihrauch und Kräuter/Gewürze miteinander vermischen, dann löffelweise die Klebmasse unterkneten, bis ein glatter, formbarer Teig entstanden ist, der nicht klebt oder bröselt. Nach Wunsch ätherische Öle unterkneten.
- Kleine Klümpchen vom Teig nehmen und zuerst in möglichst lange Würstchen kneten, dann dünner ausrollen.
- Die fertigen Stäbchen auf ein Blech legen und ca. 1 Stunde bei 40-50 °C im Ofen oder auf der Heizung trocknen, bis die Stäbchen fest und nicht mehr biegsam sind. Fertig!

