

Soft Pretzels

For a time, pretzels were only eaten during Lent. Make this treat that is shaped like two arms crossed in prayer. It is also said that the three holes in a pretzel twist represent the Holy Trinity.



1 ½ cups lukewarm water

1 Tbsp sugar (brown sugar or cane)

1 instant dry yeast packet (about 2 ½ tsp)

4 cups flour

1 tsp salt

½ cup baking soda

1 egg, beaten or olive oil for brushing

coarse salt or cinnamon sugar as topping

Additional water for boiling

Additional flour

(optional) 2 Tbsp butter

(optional) ½ cup baking soda

Mix warm water and yeast together in large bowl. Whisk brown sugar, salt, and optional butter until well combined. Let stand for 5 to 10 minutes so that yeast foams. Add half the flour to the mix and stir. Add the rest of the flour; stir until combined. Lightly flour a board and move the dough to the board. Knead until smooth, about 2-3 minutes. Cover the dough after sprinkling with a bit of flour or cooking spray; let it rest for 10 minutes. Preheat the oven to 425 F. Cut the dough into strips. Twist the strips into the desired shape. Bring water to a boil in a pot. Add optional baking soda. Place the dough into the water for 20-30 seconds and remove. Place on a baking sheet. Brush pretzels with olive oil or egg wash (beaten egg mixed with water). Sprinkle salt or any other topping on the pretzels. Bake for 12 to 15 minutes or until golden brown. Let cool for 5 minutes on a cooling rack.

Pretzels Suaves

Durante un tiempo, los pretzels solo se comían durante la Cuaresma. Prepare esta delicia que tiene la forma de dos brazos cruzados en oración. También se dice que los tres agujeros en un pretzel representan la Santísima Trinidad.



1 ½ tazas de agua tibia

1 cucharada de azúcar (azúcar morena o de caña)

1 paquete de levadura seca instantánea (aproximadamente 2 ½ cucharaditas)

4 tazas de harina

1 cucharadita de sal

½ taza de bicarbonato de sodio

1 huevo batido o aceite de oliva para pincelar

Sal gruesa o azúcar con canela para cubrir

Agua adicional para hervir

Harina adicional

(opcional) 2 cucharadas de mantequilla

(opcional) ½ taza de bicarbonato de sodio

Mezcle el agua tibia y la levadura en un tazón grande. Bata el azúcar morena, la sal y la mantequilla (opcional) hasta que estén bien combinados. Deje reposar durante 5 a 10 minutos para que la levadura se esponje. Agregue la mitad de la harina a la mezcla y revuelva. Agregue el resto de la harina; revuelva hasta que se combine. Enharine ligeramente una tabla y coloque la masa sobre ella. Amase hasta que quede suave, durante unos 2 o 3 minutos. Cubra la masa después de espolvorearla con un poco de harina o aceite en aerosol; déjela reposar durante 10 minutos. Precaliente el horno a 220 °C (425 °F). Corte la masa en tiras. Retuerza las tiras hasta darles la forma deseada. Ponga a hervir agua en una olla. Agregue bicarbonato de sodio (opcional). Coloque la masa en el agua durante 20 a 30 segundos y retírela. Colóquela en una bandeja para hornear. Unte los pretzels con aceite de oliva o huevo batido (huevo batido mezclado con agua). Espolvoree sal o cualquier otro aderezo sobre los pretzels. Hornear durante 12 a 15 minutos o hasta que estén dorados. Deje enfriar durante 5 minutos sobre una rejilla para enfriar.