

## Buttermilch in Backwaren

PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom

[www.chefkoch.de](http://www.chefkoch.de)

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

hier nur Vegetarisch

2 x mit Schweineschmalz, na und ?

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Donnerstag, 2. März 2006

[www.Hans-joachim60.de](http://www.Hans-joachim60.de)

## Index

Brot einfach .....	6
Brot Misch- Masch .....	20
Brot Vollkorn .....	36
Brötchen & Baguette.....	48
Diverses.....	56
Kuchen einfach .....	60
Kuchen Vollkorn.....	121
Muffeins .....	126
Torten.....	142
Waffeln .....	156

## Inhaltsverzeichnis

Buttermilch in Backwaren.....	1
PS .....	1
Index nicht aktiv.....	1
Inhaltsverzeichnis aktiv.....	2
Brot einfach .....	6
Bauernbrot M.....	6
Blumenkasten Weißbrot M.....	7
Buntes Dosenbrot 3 Ei M.....	8
Buttermilch Hefezopf 1 Eigelb M.....	9
Buttermilch Weißbrot M.....	9
Cornbred 1 Ei M.....	10
Gefülltes Käsebrot 1 Ei M.....	11
Kalifornisches Nussbrot M.....	12
Katenbrot M.....	13
Kerniges Mandelbrot 1 Ei M.....	13
Maisbrot 3 Eiweiß M.....	14
Orangen Buttermilch Brot Ei M.....	15
Sauerteigbrot aus der Ostheide M.....	16
Schüttelbrot 1 Ei M.....	16
Vollkornbrot mal anders M.....	17
Zopf M.....	18
Zwiebel Käse Brot M.....	18
Zwiebelbrot M.....	19
Brot Misch- Masch.....	20
Buttermilch Dinkelbrot M.....	20
Dinkelbrot mit Buttermilch M.....	20
Graubrot Mischung M.....	21
Heidebrot mit Ananas oder Sauerkraut M.....	22
Herzhaftes Vollkornbrot M.....	23
Irisches Bauernbrot M.....	24
Irisches Sodabrot M.....	24
Kümmelbrot M.....	25
Kürbiskernbrot M.....	26
Münsterländer Bauernstuten M.....	26
Rheinländer Schwarzbrot M.....	27
Roggen Schrotbrot mit Nüssen M.....	28
Schnelles Vollkornbrot M.....	29
Schwarzbrot M.....	30
Schwarzbrot M.....	30
Schwarzbrot aus Sauerteig M.....	31
Schwarzbrot nach Art des Hauses M.....	32
Schwarzbrot nach Landfrauenart M.....	32
Sesambrot M.....	33
Sonnenblumen Vollkornbrot M.....	34
Vollkornbrot, schnell und einfach M.....	34
Walnussbrot M.....	35

Brot Vollkorn .....	36
Brot mit Veränderungen M.....	36
Buttermilch Schwarzbrot M.....	38
Buttermilch Schwarzbrot friesisch M.....	39
Einfaches Buttermilch Vollkornbrot M.....	40
Grünkernbrot M.....	41
Irisches Brown Bread M.....	41
Leckeres Vollkornbrot M.....	42
Maisbrot 2 Ei M.....	43
Roggenbrot M.....	43
Sauerteig M.....	45
Superleckeres Vollkornbrot M.....	46
Vollkornbrot mit Buttermilch und Rübengrün M.....	46
Vollkornstuten aus Sauerteig M.....	47
Brötchen & Baguette .....	48
Baguette d'autriche 1 Ei M.....	48
Buttermilch Baguette M.....	49
Buttermilch Brötchen 1 Ei M.....	50
Buttermilch Brötchen M.....	50
Buttermilch Semmeln 1 Ei M.....	51
Buttermilch Stuten M.....	51
Französisches Baguette 1 Ei M.....	52
Gewürz Brötchen M.....	53
Knoblauch Kräuter Brötchen 1 Eigelb M.....	53
Lavendel Brötchen 1 Eiweiß M.....	54
Rosinen Semmel 1 Ei M.....	55
Zwiebel Semmeln M.....	56
Diverses .....	56
Gemüse im Brotteig 4 Ei M.....	56
Pizza mit Kräutern M.....	58
Sesamstangen M.....	59
Kuchen einfach .....	60
After Eight Gugelhupf 3 Ei M.....	60
Ananas Kuchen 4 Ei M.....	60
Apfel Kuchen mit Buttermilch 3 Ei M.....	61
Blitz Kuchen 2 Ei M.....	62
Blitzschneller Mandel Kuchen 3 Ei M.....	62
Butter Kuchen 2 Ei M.....	63
Butter Kuchen mit Buttermilch 3 Ei M.....	64
Butter Kuchen Saftiger 1 Ei M.....	65
Buttermilch Gewürz Kuchen 3 Ei M.....	66
Buttermilch Gugelhupf 4 Ei M.....	67
Buttermilch Heidelbeer Kuchen 4 Eigelb M.....	67
Buttermilch Kokos Kuchen 2 Ei M.....	68
Buttermilch Kokos Kuchen 3 Ei M.....	69
Buttermilch Kokos Kuchen 4 Ei M.....	70
Buttermilch Kuchen 2 Ei M.....	70
Buttermilch Kuchen 2 Ei M.....	71

Buttermilch Kuchen 3 Ei M .....	71
Buttermilch Kuchen 3 Ei M .....	72
Buttermilch Kuchen 3 Ei M .....	72
Buttermilch Kuchen 3 Ei M .....	73
Buttermilch Kuchen 3 Ei M .....	74
Buttermilch Kuchen für Diätler 3 Ei M .....	74
Buttermilch Kuchen IV 3 Ei + 2 Eigelb M .....	76
Buttermilch Kuchen mit Kokos 3 Ei M .....	77
Buttermilch Kuchen mit Kokosflocken 2 Ei M .....	78
Buttermilch Kuchen mit Kokosraspel 2 Ei M .....	78
Buttermilch Kuchen mit Mandeln 3 Ei M .....	79
Buttermilch Küchlein mit Heidelbeeren 1 Ei M .....	79
Buttermilch Mandel Blechkuchen 2 Ei M .....	80
Buttermilch Napfkuchen 4 Ei M .....	81
Buttermilch Napfkuchen mit Kirschen 4 Ei M .....	82
Buttermilch Quarkstollen 2 Ei M .....	83
Buttermilch Schnitten 3 Ei M .....	83
Buttermilch Schnitten 3 Ei M .....	84
Buttermilch Zimt Kuchen vom Blech 4 Ei M .....	85
Coca Cola Kuchen 2 Ei M .....	85
Cola Kuchen mit Marshmallows M .....	86
Eierlikörtulpe 6 Ei M .....	87
Elfen Kuchen 2 Ei M .....	88
Finnischer Gewürz Kuchen 3 Ei M .....	89
Gugelhupf mit getrockneten Feigen 4 Ei M .....	89
Heidelbeer Kuchen 3 Ei M .....	90
Heidelbeer Pfirsich Kuchen 4 Ei M .....	91
Johannisbeer Blech Kuchen 3 Ei M .....	92
Käse Kuchen mit Buttermilch 6 Ei M .....	92
Käse Kuchen vom Blech 8 Ei M .....	93
Kiekebergier Zwetschgen Kuchen 3 Ei M .....	95
Kirmes Kuchen M .....	95
Kirsch Kuchen mit Grießguss 6 Ei M .....	96
Kokos Blech Kuchen 4 Ei M .....	97
Kokos Blech Kuchen 3 Ei M .....	98
Kokos Buttermilch Kuchen 2 Ei M .....	98
Kokos Kuchen für ein Backblech 2 Ei M .....	99
Kokos Kuchen vom Blech 3 Ei M .....	100
Kokos Sahne Kuchen 3 Ei M .....	100
Kokosblech Kuchen 2 Ei M .....	101
Kokosnuss Kuchen 3 Ei M .....	102
Kokosnuss Traum 3 Ei M .....	103
Mandel Kuchen 4 Ei M .....	104
Mandel Kuchen 4 Ei M .....	104
Marmor Kuchen mit Ingwer 1 Ei M .....	105
Marmorierter Käse Kuchen 4 Ei M .....	106
Obst Kuchen mit Buttermilch 3 Ei M .....	107
Oma's saftiger Käsekuchen 8 Ei M .....	108

Rhabarber Kuchen aus der Pfanne 2 Ei M.....	108
Rhabarber Nussbrot / Kuchen 1 Ei M.....	109
Rührteig 1 Eiweiß M.....	110
Rum Kuchen 2 Ei M.....	110
Saftiger Apfel Buttermilch 3 Ei M.....	111
Saftiger Butter Kuchen 1 Ei M.....	112
Schneller Bienenstich 3 Ei M.....	113
Schneller Buttermilch Kuchen 3 Ei M.....	113
schneller Mandel Kuchen 4 Ei M.....	114
Schokoladen Kuchen 4 Ei M.....	115
Schokoladen Traum 4 Ei M.....	115
Watte Kuchen 2 Ei M.....	117
Wespenstich 3 Ei M.....	118
Zitronen Buttermilch Kuchen 4 Ei M.....	119
Zucker Kuchen 1 Ei M.....	119
Zucker Kuchen 2 Ei M.....	120
Zwetschgen Hefekuchen M.....	121
Variante.....	121
Kuchen Vollkorn.....	121
Apfel Napfkuchen M.....	121
Dinkelvollkornmehl.....	121
Buttermilch Apfel Kuchen vom Blech 3 Ei M.....	122
Irisches Natronbrot M.....	123
Nuss Kuchen , kerniger 3 Ei M.....	123
Vollkorn Buttermilch Apfel Kuchen 3 Ei M.....	124
Zwetschgen Hefe Kuchen M.....	125
Muffeins.....	126
Bananen Schoko Muffins 1 Ei M.....	126
Bananen Schoko Muffins. 1 Ei M.....	127
Blaubeeren Muffins 1 Ei M.....	127
Brownie Muffins 1 Ei M.....	128
Cayenne Maisbrot Muffins 1 Ei M.....	129
Cornflakes Muffins 1 Ei M.....	129
Dattel Nuss Joghurt Muffins 1 Ei M.....	130
Fruchtige Herbst Muffeins 1 Ei M.....	131
Glitzer Schoko Muffins mit M.....	131
Johannisbeer Muffins 2 Ei M.....	132
Kokos Muffins 3 Ei M.....	133
Kräuter Muffins 2 Ei + 1 Eiweiß M.....	134
Mais Muffeins Mexikanische 1 Ei M.....	135
Mandarinen Muffins 1 Ei M.....	135
Muffins After Eight 1 Ei M.....	136
Muffins Rotwein 2 Ei M.....	137
Muffins Schoko Kokos 1 Ei M.....	137
Müsli Muffeins 2 Ei M.....	138
Orangen Dattel Muffins 1 Ei M.....	139
Pfirsich Muffins 1 Ei M.....	140
Weizenkleie Muffins 2 Ei M.....	141

Torten .....	142
Ananas Schokoladen Torte 4 Ei M.....	142
Bananen Torte mit Buttermilchcreme 4 Ei M.....	143
Blaubeer Buttermilch Torte 3 Ei M.....	144
Buttermilch Torte 2 Ei M.....	145
Buttermilch Torte mit Himbeeren 4 Ei M.....	146
Coca Cola Torte 2 Ei M.....	147
Erdbeere Buttermilch Torte M.....	148
Heidelbeer Tarte M.....	149
Himbeer Torte 4 Ei M.....	149
Holunder Buttermilch Torte mit Kirschen 4 Ei M.....	151
Knusper Torte mit Himbeercreme M.....	152
Mandel Törtchen 1 Eiweiß M.....	153
Melonen Buttermilch Torte 2 Ei + 1 Eigelb M.....	154
Schokoladentraum 4 Ei M.....	155
Waffeln.....	156
Beichtwaffeln 3 Ei M.....	157
Bergische Waffeln 4 Ei M.....	157
Buchweizen Waffeln 3 Ei M.....	158
Buttermilch Waffeln 2 Ei M.....	159
Buttermilch Waffeln 4 Ei M.....	159
Buttermilch Waffeln 5 Ei M.....	160
Buttermilch Waffeln für Diabetiker 4 Ei M.....	160
Knusprige Waffeln 2 Ei M.....	161
Lockere Buttermilch Waffeln 4 Ei M.....	161
Möhren Buttermilch Waffeln 2 Ei M.....	162
Pfütz Kuchen 6 Ei M.....	163
Waffeln 2 Ei M.....	163
Waffeln mit Buttermilch 4 Ei M.....	164
Hinweis M.....	164
Hinweis für Word.....	165
Hinweis Ei.....	165

## Brot einfach

### Bauernbrot M

Zutaten für 1 Portionen

½ Liter Buttermilch

1 Würfel Hefe

½ Liter Wasser, warmes

4 TL Salz

4 EL Gewürzmischung für Brot

600 g Mehl Roggenmehl

600 g Mehl Weizenmehl  
40 g Sesam  
40 g Leinsamen  
40 g Sonnenblumenkerne  
40 g Kürbiskerne

Hefe in Wasser auflösen. Dann alle Zutaten miteinander zu einen geschmeidigen Teig verkneten. Diesen ca. 10 Min. kräftig durcharbeiten und dann für 20 Min. gehen lassen. Danach nochmals durchkneten und formen. Form fetten u. bemehlen. Ich backe mein Brot immer in Ultraplus 5 l v. Tupperware da gelingt das Brot supergut. Es kann aber auch auf dem Backblech gebacken werden.

40 Min. bei 200 Grad, dann 20 Min. bei 150 Grad fertig backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten  
12.02.03 SpeedyGonzales

## Blumenkasten Weißbrot M

Zutaten für 1 Portionen

1 kg Mehl 550  
1 Würfel Hefe  
3 TI Salz  
1 TI Zucker  
6 EI Öl Walnussöl  
100 ml Wasser

450 ml Buttermilch

## Zubereitung

Einen neuen, kleinen, rechteckigen Blumenkasten aus Ton mit heißem Wasser füllen und kurz stehen lassen, bis er schön warm ist. Das Wasser ausgießen und die abgemessenen 100 ml Wasser in den warmen Topf geben. Zucker in dem Wasser auflösen, Hefewürfel in ganz kleinen Bröseln ins warme Wasser geben und stehen lassen.

In der Zwischenzeit Mehl mit Vertiefung in eine Schüssel sieben. Buttermilch, Öl und Salz erwärmen. Nun die Hefe glatt rühren und das warme Buttermilch-Gemisch mit der gelösten Hefe vermengen. Das Gemisch vorsichtig und langsam in die Vertiefung des Mehls gießen. Das ganze 10 Minuten stehen lassen. Zwischenzeitlich den Ofen auf 50°C vorheizen und eine Schüssel mit anwärmen.

Das Ganze nun vermengen, der Teig muss sich vom Schüsselrand lösen. Man gibt den Teig auf eine bemehlte Fläche, streut etwas Mehl über den Teig und knetet ihn gut durch. Er sollte so gerade eben nicht mehr kleben.

Dann in die gewärmte Schüssel und für ca. 20 Minuten zugedeckt in den 50°C warmen Ofen. Raus nehmen und auf bemehlter Fläche wieder gut durch kneten. Nochmals zugedeckt 20 Minuten im 50°C warmen Ofen gehen lassen. Die Tonform Blumenkasten muss ordentlich ausgespült und an der Luft getrocknet werden. Form einfetten und unten ein Stück Backpapier über die Löcher legen.

Teig aus dem Ofen nehmen, nochmals auf bemehlter Fläche kneten und in die Tonform geben. Ordentlich andrücken, dass die unteren Ecken auch ausgefüllt sind. Dann der Länge nach einmal einschneiden und die Form für ca. 10 Minuten zugedeckt in den 50°C warmen Ofen stellen.

Die Form aus dem Ofen nehmen und den Einschnitt der Länge nach noch einmal wiederholen, wieder zudecken und stehen lassen, bis der Ofen 190°C erreicht hat. Ein Gefäß mit Wasser beim Vorwärmen des Ofens auf Backtemperatur mit in den Ofen stellen. Wenn der Ofen heiß ist, die Form in den Ofen stellen, nach 20 bis 25 Minuten mit Alufolie abdecken und weitere 20 Minuten backen lassen. Nadelprobe vor dem rausnehmen machen, es darf nicht mehr kleben.

Form aus dem Ofen nehmen und 1 Stunde in der Form stehen lassen. Heraus nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

04.10.05 Quantaqa

## Buntes Dosenbrot 3 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

180 g Mehl

250 g Maismehl

1 TL Salz

1.5 EL, gest. Backpulver

3 Eier

500 ml Buttermilch

2 Chilischoten

1.5 Paprikaschoten, bunte, gewürfelt

3 Schalotten gewürfelt, in Butter gedünstet

50 g Butter, flüssige

## Zubereitung

Außerdem 4 Konservendosen 425 ml Inhalt.

Mehl, Maismehl, Salz und Backpulver mischen. Eier, Buttermilch, Chilis, Paprika, Schalotten und Butter unterkneten.

Den Ofen auf 190 Grad vorheizen.



Dosen gut ausspülen und mit Backpapier auskleiden. Teig aufteilen, hineingeben und 50-60 Min. auf der untersten Schiene backen. Auskühlen lassen und in Scheiben schneiden.

Dazu schmeckt Chilibutter:

eine entkernte Chilischote mit einer geschälten Knoblauchzehe durch eine Presse drücken, mit 200 g weicher Butter verrühren und mit Salz und Chilipulver würzen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

11.07.04 lama1974

### Buttermilch Hefezopf 1 Eigelb M

Zutaten für 1 Portionen

1000 g Mehl Typ 405

500 ml Buttermilch, zimmerwarm

250 g Butter, flüssig

125 g Zucker

2 Pck. Hefe Trockenhefe

1 Eigelb

Zucker oder Mandelblättchen

### Zubereitung

Alle Zutaten, von Mehl bis Hefe, zimmerwarm zusammenkneten und gehen lassen. Nach 30 Minuten nochmals kneten, in drei Teile teilen und einen Zopf flechten. Dabei die Enden gut zusammendrücken. Noch mal etwa 20 Minuten gehen lassen. Mit Eigelb bestreichen und mit Hagelzucker, Mandelstiften oder beidem bestreuen. Bei 175°C auf der mittleren Schiene etwa 45 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

31.10.05 sammelsuri

### Buttermilch Weißbrot M

Zutaten für 1 Portionen

500 g Mehl Weizenmehl Typ 405

375 ml Buttermilch

1 Würfel Hefe

1 TL Salz  
2 TL Zucker  
1 TL Honig, lieber etwas mehr als weniger  
Mehl für die Arbeitsfläche

## Zubereitung

Die Buttermilch lauwarm erhitzen. Den Hefewürfel hinein bröseln und darin auflösen. Mehl in eine Schüssel geben und die warme Hefe-Buttermilch drauf gießen. Salz, Zucker und Honig zugeben. Mit einem Holz- oder Plastiklöffel gut verrühren.

Dann den Teig aus der Schüssel auf eine bemehlte Fläche stürzen und mit den Händen weiterkneten. Dabei durchaus auch die Fläche nochmals nach mehlen und das Mehl mit verarbeiten, bis ein geschmeidiger, nicht klebriger Teig entsteht. Jetzt nochmals ca. 5 Minuten kneten.

Dann auf einen Porzellanteller geben, an einen warmen Ort stellen und mit einem Geschirrtuch zudecken. Ich stelle den Teller immer auf die Heizung. In der Zwischenzeit eine Kastenbackform mit Backpapier auslegen am besten das Papier vorher einmal zerknüllen und wieder auseinander falten, dann lässt es sich besser in die Form legen. Den Teig nach 20 Minuten in die Form geben und in den Backofen stellen. Der Ofen muss nicht vorgeheizt werden.

Bei ca. 200 Grad Ober-/Unterhitze etwa 45 Minuten backen. Das Brot aus der Form nehmen und das nochmals 10 Minuten nachbacken.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

04.01.06 Septemberelch

## Cornbred 1 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

150 g Maismehl, fein  
2 Ei Zucker  
125 g Mehl Weizenmehl  
3 TL Backpulver  
1 TL Salz

1 Eier

250 ml Buttermilch

80 g Butter, zerlassen  
1 kl. Dose/n Mais, abgetropft  
1 Peperoni, gewürfelt  
1 TL Natron

## Zubereitung

Maismehl, Zucker, Backpulver, Natron, Peperoni und Salz in einer Schüssel gut mischen. Ei, Buttermilch und flüssige Butter glatt rühren. Die Mischung rasch mit den trockenen Zutaten verrühren, dabei nur solange rühren, bis der Teig bindet. Die abgetropften Maiskörner unterheben. Danach in eine geölte Kastenform geben und im vor geheizten Backofen bei 200 Grad ca. 25 Minuten backen. Anschließend auf einem Küchengitter 10 Minuten abkühlen lassen. Passt super zu Fleischgerichten. Kann man trocken ohne Butter reichen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten  
06.01.06 kathrin1606

## Gefülltes Käsebrod 1 Ei M

Zutaten für 1 Portionen  
500 g Mehl Weizenmehl  
21 g Hefe

### 200 ml Buttermilch

1 TI Zucker  
2 TI Salz  
180 g Butter, Flöckchen

### 1 Camembert

### 200 g Käse würziger Schnittkäse

### 125 g Quark

125 g Schafskäse, zerbröckelt  
1 Ei Butter  
1 Zwiebeln, in kleinen Würfeln  
Pfeffer

### 1 Eier

2 TI Paprikapulver  
Fett für die Form

## Zubereitung

In das Mehl eine Vertiefung drücken. Hefe, 0,5 Tasse Buttermilch und Zucker dazugeben und 15 Minuten gehen lassen. Restliche Zutaten dazu und alles gut verkneten Knetmaschine. 30-40 Minuten gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

Für die Füllung alle Zutaten im Mixer zu einer zähen Masse vermischen. Den gegangenen Teig gut durchkneten, ca. 3-cm-dick ausrollen. Eine viereckige oder runde Form flache Form fetten und den Teigfladen hineinlegen. Den Teig vorsichtig in die Ecken drücken. Der Teig muss so groß ausgerollt werden, dass er jetzt um etwa eine Kastenbreite über den Rand hängt. Die Käsefüllung in die Teigmitte geben und den Teig locker darüber zusammenfallen. Zugedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen. Danach das Käsebrot in den auf 200°C vorgeheizten Ofen stellen. 60 Minuten backen. Wenn der Teig ca. 10 Minuten vor dem Garwerden mit Salzwasser eingepinselt wird, bekommt das Brot eine appetitliche Kruste. Vor dem Anschneiden abkühlen lassen, sonst verläuft der Käse.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten  
11.05.05 Mighty23

### Kalifornisches Nussbrot M

Zutaten für 1 Portionen  
250 g Mehl, Weizenmehl  
500 g Mehl, Roggenmehl  
1 Würfel Hefe  
1 TL Zucker  
1 TL Salz

1 Liter Sahne

1 Liter Buttermilch

200 g Nüsse, nach Wahl, gehackt  
Wasser, lauwarm

### Zubereitung

Hefe mit Zucker und etwas handwarmen Wasser anrühren und gehen lassen.

In die Mitte vom Mehl eine Mulde drücken und die aufgegangene Hefe hineingeben. Ebenfalls die restlichen Zutaten hinzufügen. Den Teig gut zusammenarbeiten, bis er geschmeidig ist und nicht mehr klebt. Den so entstandenen Teig an einem warmen, zugfreien Ort zur doppelten Größe gehen lassen.

Dann zu einem Brot formen, mit einem Messer Rillen einritzen, nochmals 30 Minuten gehen lassen, mit warmen Wasser bestreichen und bei 200° 60-70 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
24.07.05 Chrissy79

## Katenbrot M

Zutaten für 1 Portionen

200 g Weizen

300 g Roggen

1 TI Salz

### 200 g Buttermilch

1 EI Essig

½ Würfel Hefe 21 g

50 g Butter, zimmerwarm

150 ml Wasser, warm

Kümmel nach Geschmack

## Zubereitung

Weizen und Roggen fein mahlen, das Salz darüber streuen. Das warme Wasser zur Buttermilch gießen und die Hefe darin auflösen. Den Essig hinzugeben und alles über das Mehl gießen. Die Butter ebenfalls hinzufügen und zu einem festen Teig verkneten. Wer mag, kann auch noch Kümmelkörner dazugeben.

Den Teig mit Mehl bestäuben und zwei Stunden gehen lassen - besser etwas länger als kürzer. Nochmals durchkneten und zu einem Brotlaib formen oder auch in eine Kastenform geben. Danach noch eine Stunde gehen lassen.

Den Backofen Umluft auf 200°C vorheizen, das Brot hineingeben und bei 180°C ca. 1 Stunde backen.

Heraus kommt ein deftiges Brot ca. 800 g, das sich einige Tage hält.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

13.07.05 elkepieck

## Kerniges Mandelbrot 1 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

600 g Mehl

4 EI Zucker

1 TL Salz

1 EI Backpulver

1 EI Natron

50 g Butter

120 g Mandeln, gehackte

120 g Haferflocken

300 ml Buttermilch

1 Eier

1 El Butter, geschmolzen, zum Einpinseln

### Zubereitung

Backofen auf 190°C vorheizen. Mehl, Zucker, Salz, Back- und Natronpulver mischen, Butter unterkneten. Mandeln und Haferflocken unterrühren und mit Buttermilch und Ei solange verkneten, bis der Teig glatt ist. Teig zu einer Kugel formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Etwas flach drücken. Brotlaib mit geschmolzener Butter bestreichen, mit Zucker bestreuen. Mit einem scharfen Messer kreuzweise einschneiden ca. 5 cm. tief. Ca. 1 Std. backen, bis das Brot schön braun ist.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 15 Minuten

22.04.02 Hobbykoechin

Maisbrot 3 Eiweiß M

für 8 Personen:

150 g Mehl

225 g Maismehl

1 TL brauner Zucker

1/2 TL Salz

3/4 TL Natron

1 EL Backpulver

250 ml Buttermilch

200 g Mais aus der Dose, teilweise zerdrückt

3 Eiweiß, verquirlt

3 EL Honig

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Trockene und flüssige Zutaten getrennt von einander vermischen und dann aus beiden einen Teig zubereiten. In eine 22 cm lange Kastenform geben und etwa 30 Minuten backen, bis das Brot auf Druck leicht zurückfedert.

Pro Person 0,1 g Fett, 0,3 g gesättigte Fettsäuren, 200 Kalorien

Schmeckt super zu allem Gegrillten, zu Bohnen mit Tomatensauce....

## Orangen Buttermilch Brot Ei M

Zutaten für 1 Portionen

150 g Teig Sauerteig

250 ml Buttermilch, lauwarm

750 g Mehl Weizenmehl Typ 405

100 g Mehl Grahammehl

250 ml Orangensaft, lauwarm

20 g Salz

30 g Margarine

Mehl für die Arbeitsfläche

Öl für das Blech

Eier, verquirlt

### Zubereitung

Den Sauerteig, die lauwarme Buttermilch und 150 g Weizenmehl in eine Schüssel geben und mit dem Knethaken zu einem weichen Teig anrühren. Mit einem Tuch zudecken und bei Zimmertemperatur über Nacht stehen lassen.

Am nächsten Tag das restliche Weizenmehl, das Grahammehl, den lauwarmen Orangensaft, das Salz, die Margarine und den Vorteig in eine große Schüssel geben und mit dem Knethaken zu einem glatten Teig verarbeiten. Anschließend auf der bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit der Hand mindestens 10 Minuten kräftig durchkneten, bis er nicht mehr klebt. Wieder in die bemehlte Schüssel legen und zugedeckt an einem warmen Ort 2-3 Stunden gehen lassen, bis sich die Teigmenge verdoppelt hat. Ein Backblech einfetten. Den Teig wieder auf die Arbeitsfläche geben, kurz noch einmal durchkneten und zu einem runden Laib oder zwei kleineren Laiben formen. Dabei auf die Oberflächenspannung achten, dazu die Seiten des Brotes immer nach innen einschlagen.

Das Brot auf das Backblech legen. Bei zwei Broten darauf achten, dass sie genügend auseinander liegen. Zugedeckt weitere 20-30 Minuten gehen lassen.

Die Oberseite der Brote muss jetzt gut gespannt sein. Den Ofen auf 250 Grad vorheizen. Eine Schale mit kochendem Wasser auf den Boden des Ofens stellen. Die Oberseite des Brotes mit verquirltem Ei bepinseln und mit einer scharfen Klinge einritzen. Das Brot auf die unterste Schiene des Ofens schieben und 10 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 200 Grad zurückschalten und das Brot weitere 40-50 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

16.06.05 Dragonfly-Lady

## Sauerteigbrot aus der Ostheide M

Zutaten für 1 Portionen

Für den Teig: Sauerteig  
100 g Mehl Roggenmehl  
1 EL Zucker

### 1/8 Liter Buttermilch, lauwarme

etwas Mehl, zum Bestäuben der Oberfläche

Brot - Zutaten:

Natursauer - Teig siehe oben  
40 g Hefe  
1/8 Liter Wasser, lauwarmes  
800 g Mehl Roggenmehl  
200 g Mehl Weizenmehl  
20 g Salz  
¼ Liter Wasser, lauwarmes

## Zubereitung

Die Zutaten für den Sauerteig in einer Schüssel zu einem dickflüssigen Brei verrühren und zugedeckt zwei bis drei Tage an einem warmen Ort stehen lassen.

Brotzubereitung:

Aus dem Sauerteig, der Hefe und einem Achtelliter lauwarmem Wasser einen Vorteig herstellen und bis zur doppelten Größe gehen lassen.

Roggen- und Weizenmehl sowie das Salz zum Vorteig geben. Einen Viertelliter lauwarmes Wasser dazugeben und verkneten, bis der Teig glatt ist. Den Teig gut gehen lassen ca. 1 Stunde.

Anschließend zum Brotlaib formen und mit einer Gabel oben einstechen.

Nochmals gehen lassen ca. 30 Minuten, dann mit Wasser bepinseln und im vorgeheizten Ofen bei 220°C circa 60 Minuten abbacken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

27.12.05 enigerchen

## Schüttelbrot 1 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

30 g Hefe Trockenhefe  
1 TI Zucker  
½ Liter Wasser, lauwarm  
350 g Mehl Roggenmehl bzw. Vollkornmehl  
250 g Mehl Weizenmehl  
½ TI Salz



125 ml Buttermilch

4 EI Öl

3 TI Kümmel, ganz

1 Eier

1 TI Weizen - Kleie

## Zubereitung

Hefe und Zucker in lauwarmem Wasser auflösen. In separater Schüssel die beiden Mehlsorten mit dem Salz vermischen und in der Mitte eine Vertiefung bilden. Flüssigkeit in die Vertiefung gießen und allmählich in die Mehlmischung einarbeiten. Buttermilch, Öl und Kümmel hinzugeben und verkneten, bis sich ein fester Teig bildet. Teig mit Mehl bestreuen, mit Tuch abdecken und an einem warmen Ort gehen lassen.

Nach etwa 25 Minuten den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Oberfläche flach klopfen und in zehn Stücke teilen. Stücke mit Mehl bestreuen und in ca. 5 mm dicke runde Scheiben ausrollen. Backblech mit Weizenkleie bestreuen und die Scheiben auf das Blech legen, mit dem geschlagenen Ei bestreichen und mit einer Gabel anstechen. Weitere 15 Minuten gehen lassen. Ofen auf 100°C vorheizen und 5-10 Minuten lang backen. Laibchen aus dem Ofen holen und vor dem Servieren auf einem Drahtständer abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

13.05.02 Bienlein

## Vollkornbrot mal anders M

Zutaten für 20 Portionen

½ kg Dinkel - Mehl

½ TI Salz

½ EI Brot - Gewürz Anis, Fenchel, Kümmel, Koriander

½ EI Öl

½ TI Natron

½ Liter Buttermilch

100 g Sonnenblumenkerne

30 g Leinsamen

## Zubereitung

Alles mit dem Knethaxen der Küchenmaschine zusammenrühren, Sonnenblumenkörner und Leinsamen hinzufügen. Wer mag, kann auch einen Teil der Sonnenblumenkörner durch gehackte Kürbiskerne ersetzen. Einen tiefen Teller mit Wasser ins Backrohr stellen und bei 180 Grad 50 min. in einer gefetteten und bemehlten Kastenform backen. In einem nassen Geschirrtuch austrocknen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten  
14.06.04 nimuee

## Zopf M

12 Scheiben

125 ml Buttermilch

250 g Magerquark

3 Ei Öl

60 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker

etwas Zitronensaft

450 g Mehl

1,5 Tüte. Backpulver

Alles verrühren. Mehl und Backpulver mischen und unterkneten. Aus 3 Strängen einen Zopf flechten und **30 Minuten bei 170°C Heißluft backen.**

Pro Stück 3 Points

## Zwiebel Käse Brot M

Zutaten für 8 Portionen

1000 g Mehl Weizenmehl Typ 550

1 Würfel Hefe

200 g Käse, Emmentaler

2 große Zwiebeln

500 ml Buttermilch

## Zubereitung

Weizenmehl mit dem zerbröckelten Hefewürfel, dem gewürfelten Emmentaler und den gehackten Zwiebeln vermischen. Die Buttermilch warm zugeben und den Teig rühren bis er sich gut von der Schüssel löst. Bitte nicht so ordentlich durchwalken wie bei einem normalen Hefeteig. Zum Laib geformt auf einem Backblech ca. 1 Stunde zugedeckt ruhen lassen. Im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten bei 220°C, dann nochmals 80 Minuten bei 180°C backen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten  
05.11.01 Gaby

## Zwiebelbrot M

Zutaten für 1 Portionen

2 Würfel Hefe

½ TI Salz

½ TI Zucker

1 kg Mehl

¾ TI Salz

1 TI Zucker

1 Liter Buttermilch

200 g Zwiebeln, geröstete

## Zubereitung

Hefe, 1/2 TI Salz und 1/2 TI Zucker zusammen in eine kleine Schüssel mit Deckel, welcher dicht sein muss, geben und schütteln, bis die Hefe flüssig ist. Keine Angst, es funktioniert!

Mehl, 3/4 TI Salz, 1 TI Zucker und die Buttermilch in eine große Schüssel mit Deckel geben, dann die flüssige Hefe dazu und kräftig schütteln.

Die Röstzwiebeln unter die fertige Teigmasse kneten.

Den Teig in 1 oder 2 Backformen, je nach Größe geben. 15 min. bei 50°C und weitere 45-50 min. bei 200°C backen.

Natürlich kann man auch die halbe Menge nehmen. Reicht dann für eine mittlere Kastenform.

Schmeckt sehr gut mit selbst gemachter Kräuterbutter!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten  
18.05.05 fatma4

Kommentar von angelika2603 14.06.2005 15:09  
hallo

soll das wirklich 15 Minuten bei 50 Grad backen? ich denke eher 250 und dann runterschalten.

Ig Angelika

Kommentar von fatma4 17.06.2005 11:30

Hallo,  
das ist schon richtig.

Der Teig muss ja noch gehen. Das sind dann die 15 min. bei 50 Grad.

Ig, Steffi alias fatma4

## Brot Misch- Masch

### Buttermilch Dinkelbrot M

Zutaten für 1 Portionen

300 ml Buttermilch, lauwarm

3 TI Kräutersalz

3 EI Öl

250 g Mehl Dinkelmehl

150 g Mehl Dinkelvollkornmehl

1 Pck. Hefe

1.5 TI Rübensirup

### Zubereitung

Die angegebenen Zutaten genau der Reihe nach in den Brotbackautomaten geben. Dann auf Schnellprogramm backen. Es ist ein sehr lockeres, dunkles Brot.

Variation: Nach dem Piepen des BBA ca. 150 g gemischte Körner dazugeben Leinsamen, Sonnenblumenkerne, kernige Haferflocken usw.. Den Teig noch vor dem Backen mit Wasser besprenkeln und Körner drüberstreuen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

20.01.06 Nicoises

### Dinkelbrot mit Buttermilch M

Zutaten für 1 Portionen

400 ml Buttermilch

350 g Mehl Dinkelvollkornmehl  
150 g Mehl Roggenvollkornmehl  
75 g Sonnenblumenkerne  
1 TI Salz  
1 TI Zucker oder Honig  
1 Pck. Teig Trockensauerteig  
1 Pck. Hefe Trockenhefe

## Zubereitung

Buttermilch leicht erwärmen und die Trockenhefe mit dem Zucker oder dem Honig einrühren. An einem warmen Ort gehen lassen, bis sich Bläschen bilden.

Zusammen mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verkneten. Abgedeckt in der Schüssel an einem warmen Ort etwa 45 Minuten gehen lassen.

Dann den Teig herausnehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche ordentlich durchkneten. Zu einem Laib formen, der dann, noch mal abgedeckt, etwa 40 Minuten gehen muss.

Einmal längs einritzen ca. 1 cm tief und im vorgeheizten Backofen bei ca 200°C etwa 45-60 Minuten backen. Man kann den Klopfest machen. Mit dem Fingerknöchel unten gegen das Brot klopfen. Wenn es durch ist, klingt es leicht hohl.

Wer möchte, kann das Brot vor dem Backen noch mit Wasser bestreichen und mit Sonnenblumenkernen bestreuen. Im Brotbackautomaten funktioniert alles noch einfacher.

Erst die Buttermilch in den Behälter geben und dann die trockenen Zutaten zufügen. Ein Basis- oder Vollkornprogramm wählen mit einer Gesamtarbeitszeit von etwa 3 Stunden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

30.01.06 morgaine27

## Graubrot Mischung M

Zutaten für 2 Portionen

350 g Mehl Weizenmehl 550  
350 g Mehl Weizenmehl 1050  
100 g Mehl Roggenmehl 1150  
300 g Mehl Weizenvollkornmehl  
150 g Leinsamen  
150 g Sonnenblumenkerne

1.5 Würfel Hefe  
15 g Salz  
½ TL Margarine

1 Liter Buttermilch

### Zubereitung

Alle Zutaten vermengen und 45 Min. gehen lassen. Diese Mischung in 2 Brote formen oder in 2 Kastenformen füllen. Brote nochmals 20 Min. gehen lassen.

Den Ofen mit einer Wasserschale auf 250°C vorheizen. Dann bei voller Hitze 15 Min. backen lassen.

Wasserschale aus dem Ofen nehmen und die Hitze auf 225°C reduzieren. Die Brote müssen jetzt noch ca. 30-45 Min. backen, bis sie fertig sind. Garprobe mit Holzspieß.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

14.03.05 Karaburun

### Heidebrot mit Ananas oder Sauerkraut M

Zutaten für 1 Portionen

400 g Mehl, Roggenmehl min. Typ 1150

200 g Mehl, Weizenmehl min. Typ 1050

1 Würfel Hefe

1 El Salz

500 ml Buttermilch, lauwarme 20°C

½ Tasse/n Wasser, lauwarm 20°C

1 El Essig

1 TI Koriander

1 El Öl, Erdnuss- oder Sojaöl

1 kl. Dose/n Ananas, in Stücken

1 El Ananassaft

1 kl. Dose/n Sauerkraut

1 El Zitronensaft

Zubereitung

#### Bei Ananas:

Ananasstücke in einer Pfanne in dem heißen Öl kurz anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Reicht für ca. 8 Minuten abkühlen lassen, dann ist der Teig soweit

### Bei Sauerkraut:

Sauerkraut in einer Pfanne in dem heißen Öl kurz anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Reicht für ca. 8 Minuten abkühlen lassen, dann ist der Teig soweit

Das Roggen- und Weizenmehl in einer Schüssel gut vermischen. Anschließend eine Mulde in das Mehl drücken. Buttermilch und Wasser vermengen und Hefe reinbröckeln. Nachdem die Hefe sich aufgelöst hat, die Mischung in die Mulde gießen und mit Knethaken auf höchster Stufe ca. 5 Minuten verrühren. Dann das Salz, den Essig, den Koriander, das Sauerkraut bzw. die Ananasstücke und den Saft Ananas oder Zitrone zugeben und nochmals 5 Minuten kneten. Anschließend Backblech einfetten und den Teig zu einer Kugel geformt auf das Blech legen. Mit Mehl bestäuben kann jetzt auch 405'er sein. Nun den Teig zudecken und an einem warmen Ort für ca. 20 Minuten gehen lassen. Der Teig muss sich hier deutlich vergrößern, sonst wird das Brot zu hart.

Den Backofen auf 230°C vorheizen. Den Teig gitterförmig auf der Oberseite einschneiden und in den vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene für 10 Minuten backen. Anschließend den Herd auf 200°C runterschalten und für weitere 50 Minuten backen lassen.

Wenn unbedingt Heißluft verwendet werden sollen, 30°C weniger als angegeben einstellen, sonst wird das Brot zu trocken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten  
20.11.05 Jojo29375

### Herzhaftes Vollkornbrot M

Zutaten für 1 Portionen  
500 g Mehl Weizenmehl 1050  
250 g Roggenschrot  
250 g Weizenschrot  
100 g Leinsamen  
150 g Sonnenblumenkerne  
175 g Rübengrün

#### 1 Liter Buttermilch

3 Würfel Hefe  
1.5 El Salz  
2 El Malz - Kaffee

Alle Zutaten in die 30°C erhitzte Buttermilch einrühren. Den Teig in eine gut gefettete und bemehlte Kastenform gießen und bei 150°C ca. 2-2 1/2 Std. backen.

Der Teig braucht vor dem backen nicht zu gehen.  
Es sollte noch eine Tasse mit heißem Wasser in den Backofen gestellt werden.

Tipp: Das Brot schmeckt auch super mit Roggensauerteig.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

13.03.05 Karaburun

## Irisches Bauernbrot M

Zutaten für 4 Portionen

200 g Weizenschrot Type 1700

150 g Mehl Weizenmehl

50 g Mehl Roggenmehl

1 TI Salz

1 TI Backpulver

¼ Liter Buttermilch

## Zubereitung

Alle Zutaten in der Küchenmaschine oder mit dem Handrührgerät und den Knethaken 2-3 Minuten zusammenkneten. Dann einen runden Laib formen, kreuzweise einschneiden und auf einem gefetteten Blech backen.

Backtemperatur 180 - 200°C Backzeit ca. 45 Minuten

Wichtig ist bei dieser Brotzubereitung, dass der Teig mit Backpulver so rasch wie möglich gebacken wird!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

26.03.03 Andera

## Irisches Sodabrot M

Zutaten für 10 Portionen

225 g Mehl Weizenmehl

225 g Mehl, Weizenvollkornmehl

1 Prise Salz

2 TI Natron

2 TI Backpulver, Weinstein

3 EI Butter

1 TI Zucker

350 ml Buttermilch



## Zubereitung

Den Ofen auf 190 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Das Mehl mit dem Salz in eine Schüssel sieben und Natron sowie Weinstein zugeben. Die Butter mit der Mischung zu Bröseln reiben und dann den Zucker einrühren. Die Buttermilch zugeben, bis ein weicher Teig entstanden ist. Nicht zu stark rühren, sonst wird das Brot zäh. Einen runden Laib formen und diesen auf das Backpapier setzen. Ein tiefes Kreuz in die Oberfläche des Laibs schneiden. Das Brot mit Mehl bestäuben und 35 - 45 min. backen Schälchen mit Wasser auf den Backofenboden stellen. Das Brot ist fertig, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt. Ofenwarm servieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.  
16.05.02 Dennis77

## Kümmelbrot M

Zutaten für 20 Portionen  
400 g Mehl, Roggenmehl Typ 1150  
200 g Mehl, Weizenmehl Typ 405  
1 Pck. Hefe Trockenhefe  
15 g Salz

### 500 ml Buttermilch

1 El Zitronensaft  
½ TL Kümmel, gemahlen  
1 TL Kümmel, ganz

## Zubereitung

Beide Mehltypen mit Trockenhefe und Salz mischen. Leicht erwärmte Buttermilch und die Gewürze untermischen. Teig so lange kneten, bis er sich vom Schüsselrand löst. Dann zum Ballen formen und 30 bis 45 Min. zugedeckt gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Teig nochmals durchkneten, dann zu einem runden Brotlaib formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Wieder 15 bis 20 Min. gehen lassen. Laib mit einem Messer an der Oberfläche ein paar mal schräg einschneiden, in den vorgeheizten Ofen schieben und 10 Min. bei 240° C, dann etwa 50 Min. bei 190°C backen.

**Brennwert p. P.: 119**

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

07.04.04 Smith

## Kürbiskernbrot M

Zutaten für 1 Portionen

1 Würfel Hefe

1 TI Zucker

250 g Buttermilch, lauwarm, bis 375g

300 g Mehl Weizenvollkornmehl

130 g Kürbiskerne

100 g Roggenschrot

100 g Maismehl

2 EI Öl Kürbiskernöl

1 TI Salz, gehäuft

3 EI Milch

## Zubereitung

Hefe mit Zucker, etwas Buttermilch und Mehl anrühren. Zugedeckt ca. 15 Min. gehen lassen.

Kürbiskerne bis auf 30 g grob hacken. Mit restlichem Weizenmehl, Roggenschrot, Maismehl, Öl, Salz und soviel Buttermilch unterkneten, dass ein geschmeidiger Teig entsteht. Zugedeckt ca. 40 Min. gehen lassen.

Teig erneut durchkneten, in eine gefettete Kastenform Länge 30 cm drücken, mit Milch bestreichen, restliche Kürbiskerne aufstreuen. 30 Min. gehen lassen. Ofen auf 200°C vorheizen.

Brot 15 Min. backen, Hitze auf 180°C verringern. In ca. 45 Min. goldbraun backen, 5 Min. in der Form lassen, Stürzen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

17.03.02 Hobbykoechin

## Münsterländer Bauernstuten M

Zutaten für 1 Portionen

2 Würfel Hefe, frisch

150 ml Wasser, lauwarm

1 TL Zucker

900 g Mehl, Weizenmehl, Typ 550

100 g Mehl, Roggenmehl, Typ 990

250 ml Wasser, lauwarm Menge anpassen

250 ml Buttermilch, lauwarm

1.5 EL Salz

20 g Schweineschmalz, erwärmt

## Zubereitung

Die Hefe in den 150 ml Wasser auflösen, Zucker zufügen und zu der Mehlmischung in die Küchenmaschine geben. Kurz vermengen. Die restlichen Zutaten zugeben und kräftig kneten lassen. Anschließend ca. 45 Min. gehen lassen, bis sich der Teig verdoppelt hat.

Auf einer bemehlten Fläche noch einmal kurz kneten, ein längliches Brot formen und mit dem Schluss nach oben in ein bemehltes Tuch einschlagen. Noch einmal ca. 15 Min. gehen lassen.

Den Laib mit dem Schluss nach oben auf ein gefettetes Backblech legen und mit einem scharfen Messer der Länge nach einschneiden. Erneut 10 Min. ruhen lassen und anschließend ca. 40 Min. im auf 225 °C vorgeheizten Backofen backen. Dabei eine Tasse heißes Wasser in die Fettpfanne gießen.

Nach dem Backen mit aufgekochter Speisestärke bestreichen, ergibt einen schönen Glanz.

Ich habe das Brot auf dem Pizzastein gebacken und es ist hervorragend geworden. So wie ich den Münsterländer Bauernstuten von früher in Erinnerung hatte.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

10.10.04 Sugar04

## Rheinländer Schwarzbrot M

Zutaten für 3 Portionen

500 g Weizenschrot

500 g Roggenschrot

500 g Mehl Weizenmehl

1 Liter Buttermilch

2 Pck. Hefe, frisch oder getrocknete

200 g Zuckerrübensirup

½ EL Salz

## Zubereitung

Weizen- und Roggenschrot mit der Buttermilch gut vermengen und über Nacht kühl stehen lassen. Am nächsten Tag mit dem Weizenmehl, Sirup, Hefe und Salz verkneten. In zwei Kastenformen füllen, in den kalten

Backofen stellen und dann bei ca.150 Grad etwa 2 1/2 Stunden backen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

08.09.04 Aki-One

Kommentar von Karen123 09.09.2004 05:35

Ein sehr schönes Rezept, habe allerdings etwas mehr Flüssigkeit und etwas weniger Rübensirup genommen sonst ist es mir zu süß.

LG Karen

Kommentar von Schlipskoch 24.09.2004 08:51

Nehme anstelle des 2.Hefewürfels 250 g selbstgemachten Sauerteig. Schmeckt meiner Meinung nach noch besser

LG

Schlipskoch

Kommentar von Lisabikerhexe 24.02.2006 06:16

Hab das Rezept jetzt auch für mich entdeckt !

Zur Frage, ob das Brot noch aufgeht: Nö ... jedenfalls nicht nennenswert ! Es kann auch direkt nach Anrühren des Teiges verbacken werden und braucht keine Gehzeit !

Das mit den Sonnenblumenkernen werde ich auch mal ausprobieren ! Schmeckt bestimmt toll !

Und einen Versuch mit Schinkenwürfeln will ich wagen - hab so was mal beim Bäcker gekauft und fand es sehr lecker !

Mir selbst war das mit dem Rübekraut auch etwas zu süß - auch ich werde einen Teil davon durch Flüssigkeit Wasser oder Buttermilch ersetzen. Insgesamt 'ne klasse Idee !

Gruß

Lisabikerhexe

[Roggen Schrotbrot mit Nüssen](#) M

mit Roggensauerteig nach 1 Stufenführung

Zutaten für 1 Portionen

300 g Teig Roggensauerteig

300 g Mehl Roggenvollkornmehl

200 g Mehl Weizenmehl Typ 1050

200 ml Buttermilch, warm

100 ml Wasser, warm

100 g Getreide, 5 - Kornmischung Roggen, Hirse, Hafer, Weizen, Dinkel  
50 g Haselnüsse, ganz  
20 g Salz  
1 TL Kaffeepulver Malzkaffeepulver  
1 EL Zuckerrübensirup  
Mehl und Fett für die Form

Die Körnermischung mit den Nüssen im Mixer mahlen schroten. Alle Zutaten verrühren und zugedeckt etwa 45 Minuten ruhen lassen.

Wenn der Teig nicht zu weich ist, mit den Händen kurz durch kneten, zum Laib formen und in ein bemehltes Körbchen oder in eine gefettete Kastenform legen. Zugedeckt 2-3 Stunden ruhen lassen.

Backofen vorheizen, auf 220 Grad. Den Laib mit Wasser besprühen, kreuzweise einritzen und mit etwas Mehl bestäuben. In der Form oder auf dem gefetteten Backblech bei 200 Grad etwa 1 Stunde backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
20.12.05 cenzy1

## Schnelles Vollkornbrot M

Zutaten für 4 Portionen  
250 g Mehl  
150 g Weizenschrot  
300 g Dinkel

### 350 ml Buttermilch

350 ml Wasser  
2 TI Salz  
1 EI Öl  
150 g Körner  
1 Würfel Hefe  
1 TI Honig

### Zubereitung

Mehl, Schrot, Dinkel, Salz und Körner mischen.

Hefe und Honig vermengen und glatt rühren

Wasser erhitzen und kalte Buttermilch dazugeben, so dass die Flüssigkeit lauwarm ist. Mit Öl und dem Hefe - Honig - Gemisch mischen.

Alles miteinander vermengen, fertige Mischung in eine Form geben und in den kalten Ofen stellen.

Bei 230 °C Ober-Unterhitze 1 Stunde backen.

Den Backofen abschalten und das Brot noch 15 Minuten im Ofen stehen lassen.

Hinweis: Mehl, Schrot, Dinkel, Körner sind beliebig austauschbar Roggen, etc.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

21.10.04 rehkitz1980

### Schwarzbrot M

Ela\* s

muss nicht gehen und kann sofort in den Ofen

Zutaten für 1 Portionen

500 g Mehl Weizenmehl

500 g Weizenschrot

250 g Roggenschrot

250 g Sonnenblumenkerne

½ Becher Rübenkraut

1 Liter Buttermilch

2 Würfel Hefe

2 TI Salz

### Zubereitung

Den Backofen vorheizen auf 140 bis 150°C. Alle Zutaten miteinander gut verrühren am besten in der Küchenmaschine. Den Teig anschließend in eine gut eingefettete Brotform geben und 2,5 Stunden abbacken, ohne den Teig vorher gehen zu lassen!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

17.03.05 Ela

### Schwarzbrot M

Zutaten für 1 Portionen

500 g Mehl Weizenmehl

250 g Weizen - Schrot

500 g Roggen - Schrot

250 g Sonnenblumenkerne

1 Liter Buttermilch

1 Würfel Hefe, frisch

2 Beutel Hefe, trocken

1 Becher Pflaumenmus

3 Tl Salz

etwas Butter für die Form

Zunächst Schrot und Mehl in einer großen Schüssel vermischen und dann in der Mitte der Schüssel ein kleines Loch freischieben. Ca. 250 ml Buttermilch erwärmen körperwarm und darin die Hefe auflösen. Mit dieser Buttermilch-Hefemischung in der Mitte der Schüssel einen Vorteig machen. Dazu vom Rand der Schüssel einfach soviel Mehl in die Mitte ziehen, bis sich ein kompakter Teig ergibt. Die Schüssel anschließend 10 Minuten an einem warmen Ort abgedeckt ruhen lassen.

Restliche Buttermilch ebenfalls erwärmen. Dann alle verbleibenden Zutaten und das restliche Mehl mit dem Vorteig zu einem Teig verarbeiten am besten mit den Händen gründlich durchkneten. Den Teig in eine eingefettete Brot-Kastenform geben und wiederum abgedeckt für 30 Minuten gehen lassen.

Anschließend das Brot bei 170 Grad Ober-/Unterhitze 2 Stunden backen. Nach einer Stunde sollte das Brot mit Alufolie abgedeckt werden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

24.02.05 Backebackekuchen

### Schwarzbrot aus Sauerteig M

Für 2 Brote à ca. 800 g

Zutaten für 2 Portionen

400 g Teig Sauerteig aus Roggenmehl

500 g Mehl Roggenmehl,

300 g Schrot z.B. Dinkel

100 g Leinsamen

100 g Sesam

100 g Sonnenblumenkerne

150 g Rübenkraut, je nach Süße

1 El Salz

1 Becher Buttermilch, 500 ml

### Zubereitung

Die Zutaten miteinander verrühren, bis daraus ein Teig mit der Konsistenz wie Müsli oder Rührkuchen entsteht. In eine oder auch 2 Kastenformen füllen, im Ofen gehen lassen bis sich die Menge in etwa verdoppelt hat und bei 150 °C 1 1/2 bis 2 Stunden backen. Wenn das Brot zu dunkel werden sollte mit Alufolie abdecken.

Wichtig: Das Brot muss mind. 1 Tag ruhen bevor es richtig lecker schmeckt.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

24.12.04 elsocko

### Schwarzbrot nach Art des Hauses M

Zutaten für 2 Portionen

500 g Mehl Weizenmehl Typ 1050

250 g Roggen, grob geschrotet

250 g Weizen, grob geschrotet

100 g Leinsamen

100 g Sesam

150 g Sonnenblumenkerne

175 g Rübekraut

1 Liter Buttermilch, 30 - Grad - warm

3 Würfel Hefe, frisch

1.5 El Meersalz

Alle Zutaten in die Buttermilch rühren und bei ca. 150 Grad 2-2,5 Stunden backen. Eine Schale Wasser in den Herd stellen.

Kürbiskerne, Hirse und Nüsse sowie anderes Getreide, z.B. Hafer und Gerste oder Dinkel kann man ausprobieren, ggf. Hefemenge erhöhen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

08.11.05 baerbelchen

Kommentar von gitti4 24.01.2006 20:30

Muss das Brot nicht vorm Backen gehen bei der Menge an Hefe?

Gitti 4

Kommentar von baerbelchen 25.01.2006 15:09

Hallo,

nein, das ist ja das Schöne bei diesem Rezept. Nicht vorher gehen lassen, es gelingt auch so. :-

LG baerbelchen

### Schwarzbrot nach Landfrauenart M

Zutaten für 2 Portionen



500 g Mehl, Weißmehl Dinkel oder Weizen  
280 g Weizen - Schrot, grob  
280 g Roggen - Schrot, grob  
180 g Sonnenblumenkerne  
140 g Sesam  
140 g Leinsamen  
1 Würfel Hefe  
1 Ei Salz

### 1 Liter Buttermilch

180 g Rübenkraut  
1 TI Zucker  
¼ TI Kümmel, evt.

## Zubereitung

Hefe mit Zucker auflösen. Buttermilch mit Rübenkraut leicht erhitzen. Die übrigen Zutaten vermischen. Buttermilch-Rübenkrautmischung und Hefe dazugeben und gut vermischen. In eine Form füllen. 3 Stunden bei 150 Grad mit Unter-/Oberhitze backen. Nach zwei Stunden mit Alufolie abdecken.

Man kann die Teigmenge auch gut in zwei Königskuchenformen verteilen und gleichzeitig backen. Das Brot hält sich im Kühlschrank ca. 2 Wochen. Vor dem ersten Anschneiden gut auskühlen lassen.

Variation: Einen Teil der Sonnenblumenkerne durch Buchweizen ersetzen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten  
19.07.05 buegelfee

## Sesambrot M

Zutaten für 1 Portionen  
1 Würfel Hefe  
1 TI Zucker, braun

### 250 ml Buttermilch

500 g Mehl Roggenmehl, Typ 1050  
60 g Sesam  
2 TI, gestr. Salz  
Milch, zum Bestreichen  
Sesam, zum Bestreuen

## Zubereitung

Einen Hefeteig herstellen, dabei die Sesamsaat mitkneten. Eine große Kastenform oder 2 kleine einfetten und mit Sesam ausstreuen, den Teig einfüllen und 30 Min. gehen lassen.

Mit Milch bestreichen, dick mit Sesam bestreuen, dann die Oberfläche 3-4 mal schräg einschneiden, noch einmal 15 Min. gehen lassen.

Bei 200 Grad ca. 40 Min. backen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

26.07.04 lama1974

### Sonnenblumen Vollkornbrot M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Roggenschrot

500 g Mehl Weizenmehl

250 g Weizenschrot

250 g Sonnenblumenkerne

2 Pck. Hefe Trockenhefe

#### 1 Liter Buttermilch

1 Becher Zuckerrübensirup

1 TI Salz

150 g Müsli

etwas Wasser

Zutaten mit dem Knethaken verrühren und in eine große Kastenform, die vorher mit Backpapier ausgelegt worden ist, füllen. Das Brot braucht nicht gehen!!!

Bei 150°C 3 Stunden backen. Nach einer Stunde Backzeit mit Alufolie abdecken. Nach den 3 Stunden Backzeit das Brot noch 4-6 Stunden im ausgestellten Backofen ruhen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

23.02.03 Sissimuc

### Vollkornbrot, schnell und einfach M

Zutaten für 2 Portionen

280 g Roggenschrot

280 g Weizenschrot

100 g Leinsamen

100 g Sesam

100 g Sonnenblumenkerne

1 handvoll Haselnüsse u. Walnüsse  
500 g Mehl Weißmehl  
1 Ei Salz

### 1 Liter Buttermilch

4 Beutel Hefe Trockenhefe

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und die Buttermilch lauwarm darüber geben. Mit Handmixer Knethaken verrühren.

In lange Kuchenform oder Auflaufform geben und bei 180 Grad 80 Minuten backen Stechprobe.

Teiglaib vor dem Backen mit einem Messer längs einritzen. Kurz vor Ende der Backzeit ab und zu mit Wasser bestreichen gibt Glanz.

Die angegebene Menge ist für 2 kleine oder einen großen Laib berechnet.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

21.06.04 chilean11

Kommentar von pimapuma 19.08.2004 20:41

Das Brot schmeckt SUPER!!!! Da ich keine Buttermilch hatte, habe ich Wasser und Balsamico Essig genommen. Ich habe es in den kalten Backofen geschoben und ca. 85 Minuten gebacken. Das ist ein richtig deftiges Vollkornbrot, werde ich jetzt abwechselnd mit dem 3 Minuten Brot backen.

Kommentar von kleo2 19.02.2005 09:41

Also bei mir ist es ziemlich trocken und schwer geworden. Ich hab statt Buttermilch Joghurt u. Wasser genommen, das sollte aber nicht der Grund dafür sein, oder?

Aber vom Geschmack her ist es wirklich gut. VG kleo

### Walnussbrot M

Zutaten für 1 Portionen

250 g Mehl, Weizenmehl 405  
250 g Mehl, Roggenmehl 1350  
100 g Walnüsse

### 375 ml Buttermilch, lauwarme

1 Tüte/n Hefe Trockenhefe  
1 Ei Zucker  
1 TI Salz  
3 Ei Öl Walnuss-Öl

### 3 Ei Milch

Die Walnusskerne grob zerhacken.

Alle Zutaten, bis auf die 3 El Milch, miteinander verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

Entweder einen Brotlaib formen und auf ein geöltes, bemehltes Blech legen oder in eine gefettete Kastenform geben.

Den Backofen auf 220°C vorheizen.

Brotlaib 3 mal diagonal einschneiden und mit Milch bestreichen.

Auf der 2. Einschubleiste von unten ca. 50 Minuten backen

Übrigens, ich hatte nur Roggenmehl Type 1150 und ich habe das genommen. Danke, es macht nicht so viel aus.

So, wie ich es oben angegeben habe, schmeckt es jedenfalls himmlisch!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

24.06.05 kleinecaipi

## Brot Vollkorn

### Brot mit Veränderungen M

Zutaten für Portionen

400 g Maiskörner, kein Popkorn

200 g Buchweizen, ganz

100 g Amaranth, ganz

1 TI Koriander, ganz

2 TI Kümmel, ganz

1 TI Kümmel, ganz

1 Tüte/n Gewürzmischung für Brot

2 TI Salz

3 El Sonnenblumenkerne

3 El Sesam

2 Tüte/n Backpulver

### 350 g Buttermilch

350 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges oder Veränderung I:

700 ml Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

1 Tasse/n Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

100 g Rum, 54 % oder

### Veränderung II:

400 g Kefir +

400 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges oder Veränderung III:

1 Tüte/n Hefe Trockenhefe für 1 kg

700 ml Mineralwasser, kohlenstoffhaltiges +  
1 Tasse/n Mineralwasser, kohlenstoffhaltiges  
100 g Rum, 54 %  
1 TI Rohrzucker

## Zubereitung

Mais-, Buchweizen-, Amaranth-, Koriander- + 2 TI Kümmelkörner zusammen mahlen. Kümmelkörner bis Backpulver dazu + verrühren. Buttermilch in kohlenstoffhaltiges Mineralwasser einfügen + zu der Mehlmischung geben + verrühren. Reicht normalerweise, kam aber nicht hin, war noch zu trocken, musste den Rest Buttermilch + noch 150 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu mischen, es muss wie ein Rührteig sein. Geht besser auf.

In eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Königskuchenbackform gießen. In den kalten Backofen, mit einem Tassentopf Wasser, bei 160° Umluft ca. 90 min backen. Nadelprobe.

**Veränderung I**: anstelle Buttermilch 700 ml kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu, + 1 Tasse sowie 100 g Rum 54 % verrühren. Reicht normalerweise, kam aber nicht hin, war noch zu trocken, musste kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu mischen, es muss wie ein Rührteig sein. Geht besser auf.

**Veränderung II**: 400 g Kefir + 400 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu + verrühren. Reicht normalerweise, kam aber nicht hin, war noch zu trocken, musste kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu mischen, es muss wie ein Rührteig sein. Geht besser auf.

**Veränderung III**: Backpulver durch 1 Tüte Trockenhefe ersetzen, Zucker zufügen. Trockene Zutaten verrühren, Flüssigkeiten zufügen, es muss wie ein Rührteig sein, lieber ein wenig mehr, geht besser auf.

Teig in die mit Backpapier ausgelegte Backform gießen, zudecken mit einem feuchten Handtuch + bei warmer Zimmertemperatur gehen lassen, ich stelle die Form in den Backofen bei 40° C, Licht an + ein wenig mehr. In die Fettpfanne, ganz unten, kommt ein halber Liter Wasser. Nach ca. 90 -100 min ist der Teig gegangen, bitte nicht mehr als 120 min, bringt nichts, stürzt nur ein. Tuch entfernen, die Oberfläche des gegangenen Teiges mit Wasser ein pinseln. Die Backzeit ist die gleiche wie mit Backpulver, ca. 90 min bei 160° C Umluft, bei Ober- + Unterhitze vorheizen ca. 180 -190° C.

Wasser mit der Fettpfanne entfernen, statt dessen 1 Tassentopf mit Wasser neben die Form stellen.

Alle Arten sollen wenigstens eine Nacht ruhen, dann mit einem Sägemesser von unten schneiden. Sie sind, bedingt durch den Amaranth, innen

feucht /saftig, aber nicht klitschig. Brauchen nicht eingefroren werden , halten sich gut 6-8 Tage.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.10.05 Hans60

Buttermilch Schwarzbrot M

Buttermilch Schwarzbrot friesisch

Veränderung nach Friesin 28.7.04

Zutaten für 20 Portionen

400 ml Sauerteig

1 l Buttermilch

1 kg Roggenschrot grob

dann teilen

Teil I

250 g Dinkelvollkorn fein gem

1,5 TI Salz

1 a 30 cm Königskuchenbackform

Backpapier dafür

Teil II

250 g Roggenvollkorn fein gem.

1 TI Kümmel mit mahlen

1 TI Koriander mit mahlen

1,5 TI Salz

1 a 30 cm Königskuchenbackform

Backpapier dafür

In 400 ml Sauerteig ein Liter Buttermilch verrühren +

1 kg Roggenschrot grob vermischen, + bei Zimmertemperatur eine Nacht oder 12 Stunden zugedeckt stellen!

Den Teig teilen, + die oben genannten Zutaten zugeben, + gut 10 min kneten lassen.

In 2 a 30 cm große Kastenkuchenform geben gut andrücken, vor dem Backen nochmals warm stellen und ruhen lassen, bis sich der Teig deutlich an + über den Rand sichtbar gehoben hat, dauerte bei 18°C Zimmertemperatur gut 4 h.

Die Oberfläche des gegangenen Teiges mit einem Messer ca 0,5 cm einschneiden, + nochmals mit Wasser einstreichen.  
mit Alufolie matte Seite nach oben abdecken, ein kleines Loch in die Folie stechen, damit der Dampf beim Backen entweichen kann, dann ca 110 – 130 min bei 160 -180° Umluft ohne vorheizen backen. Vor Ende der Backzeit 10 Minuten die Folie abnehmen und weiterbacken.  
Ca 500 ml Wasser unter das Backrost in die Fettpfanne gießen!!!  
Eine Garprobe machen mit einer Stricknadel oder Holzstäbchen, sollte nichts mehr kleben.  
Nach dem Stürzen mit den Fingerkuppen von unten klopfen, das Brot muss hohl klingen, dann ist es gut.  
Sofort nach dem Backen die Kruste mit Olivenöl einpinseln, gibt einen schönen Glanz und die Kruste bleibt geschmeidiger!

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten für beide

Donnerstag, 2. März 2006 Hans60

## Buttermilch Schwarzbrot friesisch M

Zutaten für 20 Portionen

500 g Weizenschrot, mittel

500 g Roggenschrot, mittel

1 Liter Buttermilch, warm

2 Pck. Hefe Seitenbacher-Brotback-Trockenhefe

1 El Salz

½ Glas Zuckerrübensirup, oder 2 El Sirup, 1 El Honig

evtl. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, nach Geschmack

500 g Weizenschrot, fein

500 g Roggenschrot und 500 g Weizenschrot mit der lauwarmen Buttermilch verrühren und

12 Stunden warm stellen!

Dann die Trockenhefe nach Vorschrift in 100ml Wasser auflösen, zusammen mit dem Sirup oder Sirup/Honig-Gemisch, Salz, 500 g Weizenschrot fein, evtl. mit den Körnern, zu dem vorherigen Teig geben und alles gut verkneten weicher Teig, evtl. noch etwas lauwarmes Wasser dazu geben.

In 1 große Kastenkuchenform geben gut andrücken, vor dem Backen nochmals 20 Minuten warm stellen und ruhen lassen,

mit Alufolie matte Seite nach oben abdecken, ein kleines Loch in die Folie stechen, damit der Dampf beim Backen entweichen kann, dann 2 1/2

Stunden bei 160 -180° Umluft backen. Vor Ende der Backzeit 10 Minuten die Folie abnehmen und weiterbacken.

Eine feuerfeste Schale mit Wasser unter das Backrost schieben!!!

Eine Garprobe machen: entweder mit dem Bratenthermometer einstechen 90° oder mit dem Holzstäbchen, sollte nichts mehr kleben.

Nach dem Stürzen mit den Fingerkuppen von unten klopfen, das Brot muss hohl klingen, dann ist es gut.

Sofort nach dem Backen die Kruste mit Olivenöl einpinseln, gibt einen schönen Glanz und die Kruste bleibt geschmeidiger!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

28.07.04 Friesin

## Einfaches Buttermilch Vollkornbrot M

Zutaten für 1 Portionen

700 g Weizen

500 ml Buttermilch

14 g Salz

40 g Hefe

Mehl oder Fett für das Blech

Wasser

## Zubereitung

Den Weizen fein mahlen. Hefe und Salz in der warmen Buttermilch verrühren, das Weizenvollkornmehl dazugeben und alles 10 Minuten kneten Handmixer oder Küchenmaschine. Der Teig soll sich danach völlig vom Schüsselrand gelöst haben und nicht mehr kleben, so dass er auch von Hand weiter geknetet werden kann. Nun abdecken und 30 Minuten warm stellen.

Danach mit der Hand nochmals einige Minuten kneten jetzt können z.B. auch Sonnenblumenkerne untergeknetet werden, die den Teig vor dem ersten Gehen beschweren würden und zu einem länglichen Laib formen. Zum nochmaligen Gehen entweder mit dem Teigschluss nach unten auf ein gefettetes Backblech setzen oder mit dem Teigschluss nach oben in ein bemehltes längliches Gärkorbchen 36-cm-lang legen, abdecken und ca. 20 Minuten gehen lassen.

Danach kann man das auf dem Backblech gegangene Brot mit einem Messer je dreimal schräg einschneiden. Das im Gärkorbchen gegangene Brot wird nicht eingeschnitten, da es schöne Rillen hat. Das Brot mit Wasser besprühen und auf der zweiten Schiene von unten im auf 230°C vor geheizten Backofen, in den unten ein flaches Gefäß mit Wasser gestellt wird, 20 Minuten, danach 30 Minuten bei 200°C fertig backen.

Da das Brot frei geschoben ist und mit Wasser besprüht wurde, hat es eine sehr schöne, knusprige Kruste. Durch das lange Kneten wird die Krume im Brot schön gleichmäßig und das Brot krümelt nicht beim Anschneiden.



Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten  
18.10.05 Rosi-von-der-Weide

### Grünkernbrot M

Zutaten für 3 Portionen  
250 g Grünkern, geschrotet  
250 g Wasser, heißes  
1700 g Roggen - Sauerteig  
850 g Mehl Roggenvollkornmehl  
850 g Mehl Weizenvollkornmehl  
250 ml Rübenkraut

### 500 ml Buttermilch

250 ml Wasser  
35 g Salz

### Zubereitung

Den Grünkernschrot mit dem heißen Wasser übergießen und mind. 12 Stunden stehen lassen.

Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und gut miteinander verkneten. 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig noch einmal durchkneten und auf 2 große Brotbackformen 35 cm und eine kleinere Kastenform verteilen, einschneiden und mit Wasser besprühen. Die Brote im Backofen bei 50 Grad ca. 2 Stunden gehen lassen, bis sie sich verdoppelt haben.

Noch einmal einsprühen und bei 200 Grad ca. 1 Stunde backen, danach zum letzten Mal einsprühen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
14.09.05 sonja8475

### Irishes Brown Bread M

Zutaten für 1 Portionen  
600 g Mehl grobes Vollkornmehl  
180 g Mehl, weiß  
2 TI Natron Backsoda  
1 TI Salz  
1 El Zucker, braun  
2 El Olivenöl

600 ml Buttermilch

### Zubereitung

Das weiße Mehl und das Backsoda in eine Schüssel sieben. Dann das grobe Vollkornmehl, Salz und den braunen Zucker dazugeben und gut verrühren. Danach das Olivenöl und die Buttermilch dazugeben und 2 Minuten mit dem Kochlöffel gut verrühren. Eine 1-kg-Backform leicht mit Öl bestreichen, den Teig einfüllen und im vor geheizten Ofen bei 180°C auf der Mittelschiene etwa 40 Minuten backen, bis es braun ist.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

08.10.05 Sahnebonbon

### Leckeres Vollkornbrot M

Zutaten für 1 Portionen

125 g Roggenschrot

125 g Weizenschrot

125 g Mehl, Vollkornmehl, halb Weizen, halb Roggen

125 g Sonnenblumenkerne

125 g Leinsamen

1.5 TL Salz

1.5 EL Rübenkraut

½ Liter Buttermilch

### Zubereitung

Zubereitung im Heißlufttherd

Alle Zutaten bekommt man im Naturkostladen, Mehl und Schrot wird dort frisch gemahlen mischen und gut durchkneten. ACHTUNG - die Buttermilch muss Zimmertemperatur haben!!!! Der Teig braucht nicht zu gehen - es schadet ihm aber auch nichts.

Eine Kastenform mit Backpapier oder Alufolie auslegen und den Teig einfüllen. Bei 150 °C im Heißluftofen ½ Std. backen, dann mit Alufolie abdecken und etwa weitere 45 - 60 Min. backen.

Das fertige Brot aus dem Kasten stürzen und langsam abkühlen lassen. - Wenn kein Heißluftofen vorhanden, dann bei Ober- Unterhitze bei 170 °C. Zubereitung im Backautomaten: Die lauwarme Buttermilch als erstes einfüllen, dann das Schrot und das Mehl, zum Schluss Salz, Rübenkraut und die Hefe. Einstellung: Großes Brot - Vollkornbrot - dunkel.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

29.03.04 eddathiele

Maisbrot 2 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

150 g Mehl Weizenmehl, frisch gemahlen

225 g Maismehl

1 TI Zucker, braun

½ TI Salz

¾ TI Natron

1 EI Backpulver

250 ml Buttermilch

200 g Mais, aus der Dose, teilweise zerdrückt

2 Eier

### Zubereitung

Mehl, Maismehl, Zucker, Natron, Backpulver und Salz vermischen. Buttermilch mit Eiern verrühren, mit der "Mehlmischung" vermischen und Mais unterziehen. In eine mit Backpapier ausgeschlagene Kastenform geben und bei 200Grad ca. 30 Minuten backen. Das Brot ist fertig, wenn es auf Druck leicht nachfedert.

Es ist hervorragend zu Brathühnchen, zu Salaten oder zu Bohnensuppe, man kann es gut zum Picknick mitnehmen oder zu einer Party.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

30.04.03 Eimerp

Roggenbrot M

Sauerteigbrot

Zutaten für 4 Portionen

1500 g Roggenschrot, fein gemahlen

½ Liter Buttermilch +

1 Handvoll Kümmel

1 Liter Wasser

1 Pck. Natursauer, aus dem Reformhaus nur beim ersten mal

1000 g Roggenschrot, fein gemahlen

500 g Weizen, fein gemahlen

30 g Meersalz

Gewürze oder Kerne nach Belieben: Koriander, Anis, Kümmel, Fenchel  
gemahlen oder ungemahlen, Sonnenblumenkerne  
Sesam, ungeschält, zum Bestreuen  
¾ Liter Wasser

Die Menge reicht für 4 Kastenformen Brot, so viele gehen auch gleichzeitig in die Backröhre.

### Grundteig:

Die 1,5 kg gemahlene Roggen mit Sauerteig, 0,5 l Buttermilch Kümmel und 1 l Wasser gründlich in einer großen Schüssel verkneten, 3-5 El Teig abnehmen und in einem Glas im Kühlschrank aufbewahren hält bei mir ca. 1/2 Jahr.

Buttermilch mit Kümmel ersetzen das oft eingesetzte Backferment, also bitte keine der Zutaten weglassen.

Den Teig mit einem feuchten bis nassen Geschirrtuch zudecken und 1 Tag bei Zimmertemperatur über 20 Grad gehen lassen.

### Hauptteig:

Das restliche Mehl aus 500g Weizen und 1 kg Roggen samt evtl. gemahlener Gewürze mit dem Teig und den 0,75 l Wasser und dem Meersalz verkneten, wieder mit einem feuchten bis nassen Tuch zudecken und 12 - 24 Std. gehen lassen - kommt drauf an wie warm es ist und wie intensiv man das Brot will.

Beim Grundteig ist das Verhältnis Mehl zu Flüssigkeit 1:1, beim Hauptteig kommt Mehl und Wasser im Verhältnis 2:1 dazu - das gilt bei Vollkornmehl.

Nach dem Ruhen den Teig nochmals gründlich kneten, eventuell ungemahlene Gewürze, Sonnenblumenkerne oder Kürbiskerne nach Belieben unterkneten.

Kastenformen mit Butter ausstreichen und die Formen jeweils zu 3/4 mit Teig füllen. Sesam darüber streuen und mit einem nassen Löffel andrücken.

Die Formen wieder zudecken und weitere 2 Stunden gehen lassen, bis die Oberfläche leichte Risse hat.

Dann in den ungeheizten Backofen auf die mittlere Schiene stellen, mit Alufolie bedecken. Den Ofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze einstellen.

Nach 1 Stunde die Alufolie entfernen und eine weitere Stunde backen.

Wenn das Brot fertig ist klingt es beim Draufklopfen hohl.

Das Brot herausnehmen und etwas in der Form abkühlen lassen, es lässt sich nach ca. 10 Minuten ganz leicht aus dem Kasten stürzen.

Man kann das Brot gut einfrieren, aber am Besten erst einen Tag nach dem Backen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

08.04.03 wbewbe

Kommentar von wbewbe 09.01.2006 08:12

Hallo Greta,  
ich meine schon Buttermilch und Kümmel - Hefe verwende ich nicht.

und an "Bernsteinkette" Dass es mehr als 2h dauern kann bis das Brot aufgeht - manchmal dauert der erste oder zweite Teig auch mehr als die 24h - es ist ein Geduldsspiel - ich weiß, aber ich liebe dieses Brot.

liebe Grüße wbewbe

## Sauerteig M

Zutaten für 1 Portionen  
500 g Mehl Roggenmehl, fein gemahlen  
500 ml Wasser, lauwarm

## 2 EI Buttermilch

## Zubereitung

Das fein gemahlene Roggenmehl mit dem lauwarmen Wasser und der Buttermilch vermischen. In ein sauberes Schraubglas füllen, gut verschließen und an einem warmen Ort z.B. Küche 3 Tage stehen lassen. Jeden Tag einmal gut umrühren.

Der fertige Sauerteig ist aufgeplustert und schmeckt zart säuerlich schmeckt er scharf säuerlich, essigähnlich und fällt zusammen ist etwas schief gegangen und er muss weggeworfen werden.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten  
10.12.04 Saeros

Kommentar von Küchenharry 20.12.2004 20:16

Hallo,  
habe ich ausprobiert. Der Trick mit dem Löffel Buttermilch geht gut, aber fürs erste Mal habe ich nur 100 gr Roggenmehl genommen und dann den Rest. Wenn es schief gelaufen wäre, hätte ich sonst ein Pfund Roggen wegschmeißen müssen.

LG  
Küchenharry

Kommentar von ludmillalein 14.02.2005 18:07

Hallo,

der Sauerteig scheint etwas geworden zu sein, auch wenn ich erst mal nur die Hälfte von allen Zutaten genommen habe. Jetzt fehlt mir aber das

passende Brotrezept dazu. Unter den Sauerteig-Brot-Rezepten hier hab ich bisher nur eins gefunden, das etwa zu diesem Ansatz passt. Hast Du da was auf Lager? Ein schön vollkörniges?

Liebe Grüße Ludmilla

### Superleckeres Vollkornbrot M

Zutaten für 1 Portionen

250 g Mehl Weizenvollkornmehl

250 g Roggenschrot

250 g Weizenschrot

250 g Leinsamen, ganz

1 Liter Buttermilch, lauwarm

1 Würfel Hefe

2 EI Rübenkraut

1 EI Salz

### Zubereitung

Mehl, Roggen-, Weizenschrot und Leinsamen in eine große Schüssel geben. Buttermilch und Rübenkraut zugeben. Das Salz mit der Hefe in ein Plastiktöpfchen mit Deckel geben. Gut verschließen. Dann ordentlich schütteln, bis die Hefe flüssig ist. Danach zum Teig geben. Alles gut verrühren. Der Teig kommt in eine Kastenform am besten mit Backpapier auslegen, sonst kriegt man das Brot nicht heile raus. In den kalten Backofen stellen und bei 150°C 2 Stunden backen.

Schmeckt nächsten Tag sogar noch besser. Einfach nur mit Butter oder Käse essen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

16.08.05 sabine9962

### Vollkornbrot mit Buttermilch und Rübenkraut M

Zutaten für 3 Portionen

280 g Roggenschrot

280 g Weizenschrot

140 g Leinsamen

140 g Sesam

100 g Sonnenblumenkerne

500 g Mehl Weizenvollkornmehl

1 El Jodsalz

1 Liter Buttermilch

250 g Rübenkraut

3 Würfel Hefe

### Zubereitung

Buttermilch, Hefe und Rübenkraut in einem großen Topf erwärmen wegen der Hefe nicht!!! erhitzen. Die restlichen Zutaten vorher gut vermengen und zu der erwärmten Masse geben. Alles miteinander gut verrühren. Die Teigmasse bleibt relativ flüssig. Mehrere Formen fetten und mit Haferlocken ausstreuen. Den Teig einfüllen, 10-15 min. gehen lassen und dann backen. 3 Std. bei 130-150 Grad C und anschließend noch einmal 1/2 Std. bei 100 Grad C.

Tipp: Die Mehl-Sorten, Sesam, Sonnenblumenkerne und Leinsamen besorge ich mir direkt aus der Mühle. Dort ist es preiswert und die Zutaten sind frisch.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

21.06.05 iceage

Kommentar von Krümel1006 13.02.2006 00:00

Hallo,

ist vielleicht eine doofe Frage.....aber was ist Rübenkraut?

Liebe Grüße vom Krümel....mit einem Fragezeichen im Gesicht.

\*g\*

Kommentar von Susa\_ 14.02.2006 22:31

Rübenkraut ist ein honigartiger flüssiger Sirup aus der Zuckerrübe, steht im Supermarkt meistens bei Apfel- und Birnenkraut, welches Du auch stattdessen verwenden kannst.

Ich nehme bei dem Rezept nur halb soviel davon, weil es mir sonst zu süß ist und ich nehme unbedingt richtig gutes Meersalz zum Würzen.

[Vollkornstuten aus Sauerteig](#) M

Zutaten für 2 Brote à ca. 700 g

Zutaten für 2 Portionen

300 g Teig Sauerteig aus Dinkel

500 g Dinkel - Vollkornmehl

1 Becher Buttermilch, 500 ml

2 Ei Zucker, großzügig  
1 Ei, gest. Salz  
100 g Rosinen  
100 g Mandeln, gehackt  
50 g Butter, zerlassen

## Zubereitung

Zuerst die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

Sauerteig, Mehl, Salz, Zucker und Butter verrühren, Buttermilch zufügen bis der Teig eine Rührteigkonsistenz hat. Rosinen und Mandeln zusammen oder getrennt, je nach Geschmack, unterheben und in Formen füllen. An einem warmen Ort gehen lassen und bei 180 °C Umluft 30-45 Minuten backen. Zur Überprüfung ob das Brot gar ist, Stäbchen oder Klopfprobe.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten  
24.12.04 elsocko

## Brötchen & Baguette

Baguette d'autriche 1 Ei M

Zutaten für 1 Portionen  
325 g Mehl Weizenmehl Typ 550  
15 g Hefe

200 ml Buttermilch

50 ml Mineralwasser, mit Kohlensäure  
1 Ei Essig Apfelessig  
1.5 TI Honig  
1.5 TI Salz  
Fett und Mehl für das Blech

1 Eier

Salz - Wasser

## Zubereitung

Buttermilch am Herd vorsichtig erwärmen sollte lauwarm sein. Mineralwasser, Essig und Hefe darunter mischen. Die Hefe sollte gut aufgelöst sein. Die Mischung 10 Minuten rasten lassen.



Das Mehl in einer Schüssel grubenförmig vorbereiten. Die Buttermilchmischung in die Grube geben. Ein wenig Mehl mit der Mischung leicht verrühren und an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen es werden sich Bläschen bilden.

Das Salz am trockenen Rand Mehl dazugeben und mit dem Knethaken Mixer gut 10 Minuten durchkneten. Daraufhin die Masse auf die bemehlte Arbeitsplatte stürzen und mindestens 10 Minuten mit den Händen kneten. Den Teig in eine Plastikschiüssel geben, mit Frischhaltefolie abdecken und im warmen Wasserbad im Spülbecken 60 Minuten gehen lassen. In zwei Teile teilen. Beide Teile 5 Minuten gehen lassen.

Die Teile zu einem Rechteck ausklopfen Länge des Rechtecks wie Länge des Backblechs und der Länge nach einrollen zu einer dünnen Wurst. Diese Wurst mit einem scharfen Messer mehrmals schräg einschneiden und die auf das eingefettete und bemehlte Backblech geben. Bei guter Wärme 30 Minuten gehen lassen.

Mit einem verquirltem Ei bestreichen, die Einschnitt der Optik wegen ausparen, und ins 200°C vorgeheizte Rohr Gas Stufe 5 auf oberer Schiene einschieben. Nach 15 Minuten mit Salzwasser bestreichen. Gesamtbackzeit 30 Minuten. Im Backrohr auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

01.03.05 matyli

## Buttermilch Baguette M

Zutaten für 1 Portionen

600 g Mehl

1 Würfel Hefe

1 TI Salz

200 g Sesam oder 200 g Raspelkäse

500 ml Buttermilch

## Zubereitung

Mehl evt. mit Sesam oder Käse vermengen. Hefe mit dem Salz in einer verschlossenen Dose flüssig schütteln. Buttermilch und flüssige Hefe zum Mehlgemisch geben. Mit dem Knethaken, besser mit den Händen, vermengen und zu einem Baguette formen. Backofenzeit ca. 50 Minuten bei 180 Grad Ober- und Unterhitze, nicht vorheizen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

23.05.05 bea2707

## Buttermilch Brötchen 1 Ei M

Zutaten für 8 Portionen

250 g Mehl

½ TL Backpulver

½ TL Salz

4 El Zucker

50 g Butter, weiche

1 Eier

100 g Buttermilch

### Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Mehl mit Backpulver, Salz und Zucker vermischen. Nacheinander Butter, Ei und Buttermilch unterrühren.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche zu einer knapp 2 Zentimeter dicken Platte ausrollen. Kreise mit einem Durchmesser von 6 bis 7 Zentimeter ausstechen und diese auf das vorbereitete Blech setzen. Die Teigreste verkneten, erneut ausrollen und ebenfalls rund ausstechen.

Die Scones im heißen Ofen etwa 20 Minuten backen. Am besten noch lauwarm servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

01.05.05 Kathy36

## Buttermilch Brötchen M

Zutaten für 16 Portionen

300 g Mehl

etwas Mehl zum Arbeiten

3.5 TL Backpulver

2 Prisen Salz

50 g Margarine

200 ml Buttermilch

### Zubereitung

Backofen auf 225° C vorheizen.

Mehl, Backpulver und Salz gut vermischen.

Die Margarine dazugeben und alles mit den Fingern gut vermengen.  
In die Mitte der Mehlmischung eine Mulde drücken und die Buttermilch hinzugeben.

Zügig zu einem weichen Teig verkneten.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Quadrat mit 20 cm Seitenlänge ausrollen.

16 Quadrate schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen.

Die Brötchen ca. 15-20 Min. backen Gas 4, Umluft 200°C, bis sie leicht gebräunt sind.

Fertige Brötchen vom Blech nehmen und noch warm servieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

19.01.06 De81nnis

### Buttermilch Semmeln 1 Ei M

Zutaten für 10 Portionen

750 g Mehl Weizenmehl

1 TL Salz

40 g Hefe

500 g Buttermilch, lauwarme

1 Eier

Das Mehl mit dem Salz mischen. Die Hefe in der lauwarmen Buttermilch auflösen, zum Mehl gießen. Das Ei hinzufügen, uns alles gut durchkneten. Zu einer Kugel formen und an einem warmen Ort zugedeckt gehen lassen bis er doppelt so groß ist.

Danach den Teig noch mal kräftig durchkneten und zu 20-24 Semmeln formen.

Die Semmeln auf ein Backblech legen und kreuzweise mit dem Messer einschneiden, noch mal 10 Minuten gehen lassen.

Das Blech in den kalten Backofen schieben und bei 220°C etwa 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

03.06.04 schlumpfinea

### Buttermilch Stuten M

Zutaten für 6 Portionen

300 ml Buttermilch, lauwarm

½ Würfel Hefe  
2 TI Zucker  
1 TI Salz  
500 g Mehl, Typ 1050  
1 Ei Butter, zerlassen

### Zubereitung

Die lauwarme Buttermilch mit Zucker und Hefe in eine Schüssel geben und verrühren, 15 Minuten stehen lassen.  
Dann Mehl, Salz und Butter zugeben, kneten bis der Teig Blasen wirft. An einem warmen Ort ca. 40 Minuten abgedeckt gehen lassen, so dass sich das Volumen verdoppelt.  
Anschließend kräftig durchkneten, in eine gefettete Kastenform 32 cm geben, noch mal 20 Minuten gehen lassen.  
Im vorgeheizten Backofen 180°C auf der unteren Schiene 35-45 Minuten goldbraun backen.  
TIP: Ein Gefäß mit Wasser während des Backens mit auf den Rost stellen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten  
23.09.04 Trollinger

### Französisches Baguette 1 Ei M

Zutaten für 10 Portionen  
1 Würfel Hefe

½ Liter Buttermilch, lauwarme  
1 TI Honig  
650 g Mehl Weizenmehl, Type 550  
2 TI Meersalz  
1 Eier, verquirlt zum Bestreichen

### Zubereitung

Hefe mit Buttermilch und Honig verrühren, mit Mehl und Salz vermengen und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Abgedeckt ca. 20 Minuten gehen lassen. Den Teig kurz durcharbeiten, in drei Teile schneiden und jedes Teil mit bemehlten Händen zu einer backblechlangen Stange rollen. Zugedeckt 15 Minuten gehen lassen. Die Stangen wenden und mit Hilfe einer Palette auf das gefettete Blech legen. Mit Ei bestreichen, mit dem Messer mehrere Male quer einritzen. Das Blech auf die mittlere Schiene des kalten Backofens schieben. Die Brote 25-30 Minuten bei 220 Grad goldgelb backen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten  
08.01.03 Simone Hefner

### Gewürz Brötchen M

Zutaten für 10 Portionen

500 ml Buttermilch, lauwarm

1 Würfel Hefe, in die Milch bröseln  
1 Ei Honig  
750 g Mehl Weizenvollkornmehl  
1 TI Salz  
2 TI Kümmel  
1 TI Fenchelsamen  
150 ml Öl

Alle Zutaten zu einem Hefeteig verkneten, den Teig ca. 30 Minuten zuge-  
deckt an einem warmen Ort gehen lassen. Nochmals gut durchkneten, ei-  
ne Rolle formen und daraus hühnereigroße Brötchen formen, 15 Minuten  
gehen lassen. Im auf 250°C vorgeheizten Backofen, mittlere Schiene, ca.  
20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten  
12.10.01 Gisela m

### Knoblauch Kräuter Brötchen 1 Eigelb M

Zutaten für 1 Portionen

1 Würfel Hefe und  
200 ml Wasser, lauwarm  
470 g Mehl feines Dinkelvollkornmehl  
200 g Zwiebeln  
2 Ei Öl Sonnenblumenöl, kaltgepresst  
2 Zehe/n Knoblauch  
½ TI Koriander  
1 TI Meersalz  
1 TI Oregano und Thymian, gerebelt  
50 g Sonnenblumenkerne

100 g Buttermilch

1 Eigelb

4 TI Sesam  
Mehl für die Hände

Fett für das Blech

## Zubereitung

Die Hefe in 200 ml lauwarmem Wasser auflösen und mit 200 g Dinkelmehl zu einem Vorteig verrühren. Zugedeckt an einem warmen Ort 20 Minuten gehen lassen. Die Zwiebeln schälen, würfeln, in Öl glasig dünsten. Die Knoblauchzehen schälen und sehr fein hacken. Die Korianderkörner im Mörser zerstoßen. Zwiebelwürfel, Knoblauch, Korianderkörner, Salz, Oregano, Thymian und Sonnenblumenkerne mit der Buttermilch mischen und mit dem restlichen Mehl zum Vorteig geben. Alles kräftig kneten, bis ein fester, formbarer Teig entstanden ist.

Ein Backblech einfetten. Aus dem Teig mit bemehlten Händen etwa 30 Kugeln formen. Diese auf das gefettete Blech setzen, an den Oberseiten kreuzweise einschneiden und nochmals ca. 20 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Danach die Brötchen mit Eigelb bestreichen und mit Sesam bestreuen. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 15-18 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

12.04.05 Andrea\_L

## Lavendel Brötchen 1 Eiweiß M

Zutaten für 12 Portionen

1 kg Mehl, backstarkes Type 550

500 ml Buttermilch

20 g Zucker

1 Pkt. Hefe

3 El Lavendel - Blüten

1 El, gest. Salz

1 Eiweiß

## Zubereitung

Aus Mehl, etwas Zucker, Buttermilch, 1 Prise Salz einen Hefeteig herstellen, sehr gut kneten und mindestens 2 Stunden gehen lassen.

Die Lavendelblüten in eine heiße Pfanne geben und kurz durchschwenken, den Zucker kurz hinzugeben und alles miteinander verrühren.

2/3 der gerösteten Blüten unter den Hefeteig kneten und 12 Brötchen formen, diese noch mal 10 Min. ruhen lassen, danach in den auf 180° vorgeheizten Backofen geben.

Eiweiß mit Zucker etwas schlagen nicht ganz fest, nach 10 Min. die Brötchen aus dem Backofen nehmen, mit dem Eiweiß einpinseln und mit den restlichen Lavendelblüten bestreuen, fertig backen, die Brötchen sollten nicht zu dunkel sein.

Statt Zucker kann man auch Lavendelhonig zum Teig geben.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

22.08.02 Susa\_

Kommentar von Sommersonne 10.07.2004 17:00

hallo,

also, ich habe den Mengenangaben nicht vertraut. 500 ml Buttermilch auf 500 g Mehl erschienen mir viel zu viel.

habe also mit 350 ml Buttermilch gebacken, Rest des Rezeptes unverändert.

es sind wunderbare, dezent nach lavendel schmeckende Brötchen geworden. mit Butter und Honig ein absolutes Gedicht.

danke für das Rezept.

Ig Sommersonne

Rosinen Semmel 1 Ei M

süßes Weißbrot aus Sauerteig

Zutaten für 1 Portionen

500 g Mehl, 405

75 g Zucker

125 g Butter, weiche oder Margarine

200 ml Buttermilch, lauwarme

50 ml Milch, lauwarme

300 g Weizen - Sauerteig

1 TI Salz

1 Eier

100 g Rosinen

### Zubereitung

Alle Zutaten, außer den Rosinen, mind. 5 Minuten kneten, bis sich der Teig vom Rand löst. Danach die Rosinen hinzugeben und weitere 5 Minuten kneten. Den Teig in eine, mit Backpapier ausgelegte, Brotform geben und in einem warmen Raum z.B. Heizungsraum stellen. Dort gehen lassen, bis er sichtbar aufgegangen ist. Dauert ca. 4 Stunden.

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Das Brot 30 Minuten backen, dann aus der Form nehmen und noch weitere 10 - 15 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

13.03.05 Schneeglocke

## Zwiebel Semmeln M

Zutaten für 4 Portionen

500 g Mehl

½ Liter Buttermilch

1 Würfel Hefe, frische

½ TI Zucker

2 TI Salz

50 g Zwiebeln, geröstete

## Zubereitung

Hefe mit dem Zucker auflösen. Aus Mehl, Buttermilch, Salz, Zwiebeln und der Hefe einen glatten Teig herstellen am besten im Brotbackautomaten kneten lassen. Anschließend ca. 30 min. gehen lassen. Backblech mit Backpapier auslegen und mit einem Esslöffel kleine Häufchen aufs Backblech setzen. Ca. 20 min. auf 180°C goldgelb backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

31.12.05 Eisibär

## Diverses

### Gemüse im Brotteig 4 Ei M

#### Brötchenteig von 12.10.01 Gisela m

Textlich ein wenig geändert, angepasst.

500 ml Buttermilch

1,5 Tüten Trockenhefe

1 Ei Honig

1,5 TI Salz

750 g Dinkelvollkorn gem



1 TI Korianderkörner +  
2 TI Kümmelkörner +  
1 TI Fenchelsamen mit mahlen  
150 ml kohlenstoffhaltiges Mineralwasser  
3 EI Olivenöl  
Streumehl

### Füllung

2 Tassen Wasser  
1 Tasse Hirse  
500 g Pellkartoffeln, heiß noch zerquetscht  
500 g Möhren fein geraspelt  
2 rohe Kartoffeln fein geraspelt  
500 g Chicoree klein gewürfelt  
1 Bund Frühlingszwiebeln

4 Ei

250 g Quark

4 cl Balsamico di Modena  
3 TI Gewürzsalz  
Salz  
4 Pfefferkörner gemörsert

3 a 0,75 l feuerfeste Schüsseln mit Deckel +  
Olivenöl oder Rapsöl +  
1 Römertopf / Schüssel ca 7 cm hoch + Deckel + 24 cm lang, gewässert.

### Zubereitung

#### Brotteig:

Alle Zutaten in die Küchenmaschine egal welche Temperatur sie haben, so lange auf kleiner Stufe kneten lassen bis sich der Teig vom Rand löst, meist so nach 5-10 min, den Teig ca. 30 Minuten zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Nochmals durchkneten, lassen.  
Dann flach aus rollen.

### Füllung

Hirse mit kochendem Wasser abspülen. ( Bitterstoffe damit entfernen )  
+ in 2 Tassen kochendes Wasser geben, auf kochen lassen, Vorsicht kocht schnell über, auf kleinste Hitze runter stellen, Deckel drauf, + 12 min kochen lassen, Hitze aus stellen, + aus quellen lassen, dauert meist ca 20 min, dann ist die Hirse trocken + weiß die aufgeplatzten Körner.  
( Egal wie viel Hirse man kocht, es sind immer nur 12 min Kochzeit )

Alle Zutaten für die Füllung mit der fertigen Hirse, bis zum Pfeffer zusammen vermischen, mit den Gewürzen abschmecken.

Römertopf sollte am Tag/ Abend vorher im Wasser gewässert werden, sein.

Die feuerfesten Schüsseln mit Öl ein- aus pinseln.

Den entleerten Römertopf + die feuerfesten Schüsseln den Boden + Rand mit flach ausgerollten Brötchenteig auslegen.

Die Gemüsemasse drauf verteilen, + mit einem flach ausgerollten Brötchenteig bedecken, + mit den Teigländer verbinden.

Deckel drauf, + nochmals ca 30- 40 min bei Zimmertemperatur ( 20°C oder mehr ) gehen lassen.

In den kalten Backofen alle Formen/ Schüsseln mit geschlossenem Deckel bei 170 -180°C Umluft ca 65 min backen. Man sieht es, goldbraun sollte es schon sein.

Zubereitungszeit ca 2,5 h, mit aufräumen  
Ruhezeit ca 15 h

Donnerstag, 2. März 2006, Hans60

## Pizza mit Kräutern M

### Für den Teig

150 g Weizenvollkornmehl

50 g Roggenmehl

12 g fr. Hefe

### 130 ccm Zw. Buttermilch

30 g weiche Butter

½ TI Meersalz

1 TI gem Kümmel

1 TI gem Koriander

Für den Teig beide Mehlsorten in eine Schüssel geben + in der Mitte eine Mulde formen.

Die Hefe mit der Buttermilch + etwas Mehl verrühren.

Butter, Salz + Gewürze dazu geben.

Den Teig so lange kneten, bis er sich vom Rand löst.

Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 30-40 min gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

### Für den Belag :

2- 3 rote klein geschnittene Paprikaschoten +  
2 klein gewürfelte Zwiebeln + in  
1 El Olivenöl 5-10 min braten + mit  
1 Tl Rosenpaprikapulver +  
½ Tl getr. Thymian +  
Meersalz würzen.

Pfanne einfetten  
Den Teig nochmals leicht kneten, dann in der Pfanne verteilen, gut andrücken + einen schmalen Rand bilden.

3 El Tomatenmark auf den Teig verstreichen, die Paprikamischung +  
100 g geviertelte schwarze Oliven darüber verteilen +  
125 g fr. geh. Kräuter darüber streuen. Mit  
5-6 Scheiben Leerdamer Käse bedecken.

Die Pizza zugedeckt auf Stufe 1 ½ in 40-50 min von unten braun backen.

#### Variante:

Anstelle von Oliven + Kräutern kann man für die Pizza auch 100 g kleine Pilze + 2-3 in dünne Scheiben geschnittene Tomaten verwenden.  
Die Pizza nach Geschmack würzen + wie oben geschrieben backen.

Bei 4 Portionen etwa 2200 kj / 535 kcal

20 g Eiweiß, 28 g Fett, 46 g Kohlehydrate, 12 g Ballaststoffe pro Pers.

Vorbereitungszeit + Ruhezeit etwa 60 min

Backzeit: etwa 40-50 min

Zutaten für eine Pfanne von 28 ccm Ø

#### Sesamstangen M

240 g Dinkelvollkornmehl fein  
1 pk Weinsteinbackpulver  
1 Tl Kräutersalz  
3 El Sonnenblumenöl kaltgepresst

200 g Buttermilch

4 El Sesamsamen

Fett fürs Blech

Dinkelmehl, Backpulver und Kräutersalz in einer Schüssel mischen. Sonnenblumenöl und Buttermilch zufügen und die Masse zu einem geschmeidigen Teig kneten. Teig in 30 gleichgroße Stücke teilen, diese zu etwa 10 cm langen Stangen formen, in Sesam wenden und die Kerne leicht andrücken. Die Stangen abgedeckt etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Dann auf ein gefettete Blech legen und im auf 180 Grad vorgeheizten Backofen etwa 18 Minuten backen

## Kuchen einfach

After Eight Gugelhupf 3 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

300 g Mehl

50 g Speisestärke

1 Pck. Backpulver

200 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker

3 Eier

250 ml Buttermilch

100 ml Öl

150 g Konfekt After-Eight-Täfelchen

Alle Zutaten nacheinander vermischen und kleingeschnittene After-Eight-Tafeln unterheben.

Gugelhupf-Form einfetten und mit Paniermehl bestreuen. Teig einfüllen.

Ofen auf 180°C vorheizen und ca. 50 - 60 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

26.10.04 Chrissy79

Ananas Kuchen 4 Ei M

Für 20 Stück

2 Dosen Ananas in Scheiben je 850 ml

150 ml Buttermilch

200 g Zucker  
1 P. Vanillezucker  
1 Prise Salz

#### 4 Eier

400 g Mehl  
½ P. Backpulver  
2 EL Paniermehl

#### 300 g saure Sahne 10 %

½ Glas Waldfruchtkonfitüre

Ananasscheibe in einem Sieb gut abtropfen lassen. Buttermilch, 150 g Zucker, den Vanille Zucker und das Salz mit den Schneebesen des Handrührgerätes schaumig schlagen. 2 Eier nacheinander unterrühren, das Mehl mit dem Backpulver mischen und vorsichtig unterheben. Ein Backblech ca. 30x40 cm mit hohem Rand mit Backpapier auslegen, den Teig mit bemehlten Händen darauf verteilen und mit Paniermehl bestreuen. Backofen auf 175°C vorheizen.

Die restlichen beiden Eier und den restlichen Zucker schaumig rühren, die saure Sahne untermischen. Die Masse auf dem Teig verteilen und glatt streichen. Die Ananasscheiben mit Küchenpapier trocken tupfen, nebeneinander auf die Masse legen und in die Mitte jeder Scheibe 1 TL Konfitüre setzen. Den Kuchen im Backofen auf der mittleren Schiene 45 Min backen.

Zubereitungszeit: 20 min

Backzeit: 45 Min

Pro Stück: 188 kcal, 3 g Fett, 5 g KH, 14,5 % kcal aus Fett

### Apfel Kuchen mit Buttermilch 3 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

400 g Mehl  
200 g Zucker

#### 300 g Buttermilch

#### 3 Eier

1 Prise Salz  
1 Pck. Backpulver  
4 Tropfen Aroma Butter - Vanille  
1 kg Äpfel  
1 TI Zimt

Mehl mit Backpulver, Salz und der halben Menge Zucker vermischen. Buttermilch, Eier und Backaroma verrühren und langsam zur Mehl-Zucker-Mischung gießen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, Teig draufgeben und glatt streichen. Äpfel schälen, vierteln in Scheiben schneiden und auf dem Teig verteilen. Den restlichen Zucker mit dem Zimt vermischen und darüber streuen. Den Kuchen bei 200°C ca. 30 Minuten backen.

Brennwert p. P.: 153

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

22.02.05 asti75

Blitz Kuchen 2 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

500 g Mehl

300 g Zucker

375 ml Buttermilch

1.5 Pck. Backpulver

2 Eier

150 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker

1 Pck. Mandeln, Blättchen

1 Becher Sahne

Zubereitung

Zucker und Eier verrühren. Mehl, Backpulver und Buttermilch abwechselnd hinzugeben. Masse auf einem Blech verstreichen. Zucker, Vanillezucker und Mandelblätter vermischen und auf dem Teig verteilen. Bei 175°C ca. 20-25 Minuten backen.

Nach dem Backen die Sahne auf dem noch heißen Kuchen verteilen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

06.04.05 gipper

Blitzschneller Mandel Kuchen 3 Ei M

vom Blech

Zutaten für 4 Portionen

360 g Mehl  
1 Prise Salz  
200 g Zucker

280 ml Buttermilch

3 Eier

1 Pkt. Backpulver  
1 Pkt. Vanille Zucker  
200 g Mandeln, Blätter  
60 g Zucker  
125 g Butter

1 Becher Sahne

### Zubereitung

Mehl, Zucker, Buttermilch, Eier, Backpulver, Vanille Zucker vermischen und auf ein Backblech streichen. Mandelblättchen und Zucker mischen und auf den Teig streuen. Ich habe auch schon gehackte Mandeln und Mandelblättchen gemischt verwendet. Butter schmelzen und mit Sahne vermengt über die Mandeln gießen.

Bei 200 Grad 25 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

12.02.06 Aljoscha

Butter Kuchen 2 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

Für den Teig:

4 Tasse/n Mehl  
2 Tasse/n Zucker  
½ Pck. Backpulver  
1 Pck. Vanillezucker

2 Tasse/n Buttermilch

2 Eier

Für den Belag:

1 Pck. Mandeln  
1 Pck. Vanillezucker  
1 Tasse/n Zucker

2 Becher Sahne

## Zubereitung

Mehl, Zucker, Backpulver, Vanillezucker, Buttermilch und Eier verrühren. Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen. Die Mandeln auf den Teig verteilen. Vanillezucker mit Zucker mischen und auf die Mandeln streuen.

Im vorgeheizten Backofen 175°C ca. 20 Minuten backen. Nach dem Backen die Sahne auf den noch heißen Wichtig! Kuchen gießen. Abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten  
06.07.05 wiecky

## Butter Kuchen mit Buttermilch 3 Ei M

Zutaten für 6 Portionen

4 Tasse/n Mehl

3 Tasse/n Zucker

2 Tasse/n Buttermilch

3 Eier

1 Pkt. Backpulver

2 Tasse/n Mandeln o. Kokosflocken

$\frac{3}{4}$  Tasse/n Zucker

$\frac{1}{2}$  Tasse/n Butter

## Zubereitung

Mehl, Zucker, Buttermilch, Eier und Backpulver mit dem Mixer gut verrühren. Den flüssigen Teig auf ein gefettetes Backblech gießen.

Mandeln und Zucker vermischen und auf dem Teig verteilen.

Im vorgeheizten Ofen bei 175 Grad ca. 30 - 40 Min. backen.

Butter zerlassen und auf dem warmen Kuchen verteilen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

22.05.02 schau

11.10.02 oefchen

07.02.03 diansche

18.6.05 Sonniesummer2000

Kommentar von Elke01 02.08.2002 21:45



Der Kuchen ist sehr lecker und auch schnell zubereitet. Ich gebe die Mandeln, den Zucker und die Butter allerdings erst zu wenn der Kuchen fast fertig ist.

Gruß Elke01

## Butter Kuchen Saftiger 1 Ei M

Menge: 1 Kuchen

### 1/4 Buttermilch

1 Würfel frische Hefe  
75 g Butter  
500 g Mehl  
100 g Zucker  
abgeriebene Schale von 1 Zitrone

1 Prise/n Salz

1 Ei

### Für den Belag:

125 g Butter

### 1 Becher 250 g Schmand

125 g Zucker  
150 g Mandelblättchen

Für den Teig Buttermilch leicht erwärmen. Hefe darin auflösen. Fett schmelzen. Mehl, Zucker, abgeriebene Zitronenschale und Salz in eine Rührschüssel geben. Hefemilch ins Mehlgemisch rühren. Fett und Ei zufügen.

Mit den Knethaken des Mixers zu einem glatten Teig durcharbeiten. 20 Minuten gehen lassen.

Teig auf einem gefetteten Blech verteilen. Nochmals ca. 20 Minuten gehen lassen. Für den Belag die Butter schmelzen. Mit Schmand und Zucker verrühren. Mit den Fingern dicht an dicht kleine Vertiefungen in den Teig drücken. Schmandguß darin verteilen. Mit Mandelblättchen bestreuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad 20- 25 Minuten backen.

## Buttermilch Gewürz Kuchen 3 Ei M

Adventlicher

Zutaten für 1 Portionen

Für den Teig:

### 3 Eier

150 g Zucker

8 El Öl

3 El Sirup, dunkel

½ Tl Zimt

¼ Tl Nelken, gemahlen

¼ Tl Kardamom

300 g Mehl

2 Tl Backpulver

1 Prise Salz

### 150 ml Buttermilch

Fett und Mehl für die Form

Für die Kräuterbutter: Gewürzbutter

250 g Butter

2 El Sirup, hell

¼ Tl Zimt

1 Prise Kardamom

175 g Puderzucker

### 2 El Milch

Zimt, zum Bestäuben

## Zubereitung

Eier, Zucker, Öl und Sirup schaumig schlagen. Zimt, Nelken, Kardamom, Mehl und Backpulver unterrühren. Zuletzt die Buttermilch zugießen. Backofen auf 200°C vorheizen.

Den Boden einer Springform Durchmesser 22 cm mit Backpapier auslegen, den Rand einfetten und mit Mehl bestäuben. Den Teig einfüllen, glatt streichen und 35 Minuten backen. Den gebackenen Tortenboden in der Form etwas abkühlen lassen.

Den Boden aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter ganz auskühlen lassen. Den Tortenboden einmal waagrecht durchschneiden.

Für die Füllung die Butter schaumig rühren. Sirup, Zimt, Kardamom und Puderzucker zufügen. Milch einrühren, sodass die Gewürzbutter streichfähig ist. Den unteren Tortenboden auf eine Platte legen. Etwa 1/3 der Gewürzbutter darauf verstreichen. Den zweiten Tortenboden darauf setzen, dann den Rand mit der restlichen Gewürzbutter bestreichen. Zum Schluss mit einem Löffel Spitzen hochziehen.

Die Torte vor dem Servieren mit Zimt bestäuben.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten  
04.07.05 Sofi

### Buttermilch Gugelhupf 4 Ei M

Zutaten für 1 Portionen  
250 g Butter  
1 Pck. Vanille Zucker

4 Eier  
50 g Zucker  
50 g Mehl

500 ml Buttermilch

5 Rippe/n Schokolade Kochschokolade  
½ Pck. Backpulver

Kuchenglasur Schokolade  
Fett und Paniermehl für die Form

### Zubereitung

Butter, Eier, Vanille Zucker und Zucker schaumig rühren. Erweichte Schokolade und Buttermilch einrühren. Mehl und Backpulver mischen und langsam einrühren. Teig in eine gefettete und ausgebröselte Gugelhupf-form füllen und bei 160 Grad 50 Minuten backen Nadelprobe. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und mit Schokoladenglasur überziehen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten  
28.10.05 hitman

### Buttermilch Heidelbeer Kuchen 4 Eigelb M

Zutaten für 1 Portionen  
200 g Butter  
200 g Zucker  
200 g Mehl

4 Eigelb  
150 g Stärkemehl  
1 Pck. Backpulver

1 Pck. Vanillezucker

150 ml Buttermilch

1 Ei Rum

etwas Buttervanille-Aroma

300 g Heidelbeeren

50 g Butter

75 g Mandeln Blättchen

50 g Zucker

50 ml Sahne

Belag: Die Heidelbeeren in ein Sieb geben, abbrausen, und abtropfen lassen. Butter, Mandelblättchen, Zucker und Sahne in einen Topf geben und 1-mal aufkochen lassen. Die Masse abkühlen lassen.

Teig: Butter und Zucker in eine Schüssel geben und mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Nacheinander einzeln die Eier dazugeben. Dabei jedes Ei 2 Minuten unter die Butter-Zucker-Masse rühren. Mehl, Stärke, Backpulver mischen und sieben. Die Mehlmischung abwechselnd mit der Buttermilch kurz unter die Butter-Zucker-Masse rühren. Geschlagenen Eisschnee von 4 Eier unterheben.

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen.

Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen. Die Heidelbeeren darüber streuen und die Butter-Mandelmasse darauf verteilen.

Im Ofen 30-35 Min. backen.

Nach dem Erkalten mit Puderzucker bestäuben.

**Brennwert p. P.: 330**

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

05.06.05 genovefa56

Kommentar von genovefa56 18.12.2003 20:50

Hallo Dragonfly-Lady,

ich mach diesen Kuchen auch mit gefrorenen Früchten, wird auch lecker.

Liebe Grüße Grete

**Buttermilch Kokos Kuchen 2 Ei M**

Zutaten für 15 Portionen

4 Tasse/n Mehl

1.5 Tasse/n Zucker

5 Tasse/n Buttermilch

## 2 Eier

1.5 Pck. Backpulver  
2 Tasse/n Kokosraspel  
1 Tasse/n Zucker  
1 Pck. Vanillezucker

## 2 Becher Sahne

## Zubereitung

Mehl, Zucker, Buttermilch, Eier, Backpulver alles zusammen rühren und auf einem Backblech verteilen.  
Kokosraspeln, Zucker, Vanille Zucker vermengen und auf dem Teig verteilen.

Bei 180° C, 20 Minuten backen.

Nach dem Backen 2 Becher Sahne auf dem heißen Kuchen gießen!

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

04.08.04 schusselchen\_hm

## Buttermilch Kokos Kuchen 3 Ei M

Man nehme:

### für den Teig:

4 Tassen Mehl  
3 Tassen Zucker

## 2 Tassen Buttermilch

## 3 Eier

½ Pkg Backpulver

Belag

Zucker

Zimt

Butter

Kokosraspeln oder gehobelte Mandeln

Aus den Zutaten einen Teig herstellen. Auf Backblech streichen.

## 20 Minuten bei 200°C backen.

Butter schmelzen und mit Zucker und Zimt mischen. Auf den warmen Kuchen pinseln und mit Kokosraspeln oder Mandeln bestreuen.

Schöne Grüße

Bettina am 01.08.01

## Buttermilch Kokos Kuchen 4 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

2 Tasse/n Buttermilch

2 Tasse/n Zucker

4 Tasse/n Mehl

1.5 Pck. Backpulver

4 Eier

1 Pck. Vanillezucker

Für den Belag:

2 Tasse/n Kokosraspel

1 Tasse Zucker

2 Becher Sahne

### Zubereitung

Alle Zutaten für den Teig in einer Rührschüssel geben und mit dem Mixer zu einer glatten Masse verarbeiten. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen. Kokosraspeln und Zucker mischen und gleichmäßig darüber streuen. Im vorgeheizten Backofen bei 150°C ca. 30-40 Minuten backen. Danach sofort die Sahne über den noch heißen Kuchen gießen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

07.04.05 backmaus2

## Buttermilch Kuchen 2 Ei M

3 1/2 -4 Tassen Mehl

1 Paket Pudding

1 Prise Salz

2 Eier

1/2 l Buttermilch

200 g Kokosflocken

1 Vanille Zucker

2 Becher Sahne

1 1/2 Backpulver

1 1/2 Tassen Zucker

Backblech mit Backpapier auslegen. Bei 190-200 Grad C 20 Min. backen.  
Anschließend 2 Becher Sahne über den Kuchen gießen.

Buttermilch Kuchen 2 Ei M

Teig :

250 Gramm Zucker

2 Eier

1 Pfund Mehl

2 Backpulver

1/2 Ltr. Buttermilch

Belag :

200 Gramm Kokosflocken

125 Gramm Zucker

1 Vanillezucker

Bei 175 Grad 20 Minuten backen. Nach dem auskühlen 2 Becher Sahne aufträufeln.

Buttermilch Kuchen 3 Ei M

Zutaten für den Teig:

4 Tassen Mehl

3 Tassen Zucker

2 Tassen Buttermilch

3 Eier

1 1/2 Päckchen Backpulver

Zutaten für den Belag

1 c Zucker ca 230 g

1 Ei Zimt

125 g Butter zerlassen

## Kokosraspeln Tassenkuchen

aus den Zutaten einen Rührteig herstellen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und 20 Minuten bei 175-200Grad C auf der mittleren Schiene backen.

Den Zucker mit Zimt und der zerlassenen Butter mischen, auf den fertigen, heißen Kuchen pinseln und mit den Kokosraspeln bestreuen.

## Buttermilch Kuchen 3 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

### 3 Eier

300 g Zucker

1 Pkt. Vanillezucker

400 g Mehl

1 Pkt. Backpulver

### 300 g Buttermilch

100 g Mandeln, gehackte

50 g Zucker

100 g Butter

### 1 Becher Sahne

## Zubereitung

Eier, Zucker, Vanillezucker, Mehl, Backpulver und Buttermilch zu einem Rührteig verarbeiten und auf ein Backblech streichen. Gehobelte Mandeln und Zucker mischen und auf den Teig streuen. Bei 200 C° ca. 20 Min. backen.

Butter und Sahne zusammen aufkochen und über den heißen Kuchen geben.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

05.02.06 Perle

## Buttermilch Kuchen 3 Ei M

Als Maß eine Kaffeetasse benutzen. Die Größe entscheidet, ob es ein Kasten- oder Blechkuchen wird!



Zutaten:

2 Tassen Buttermilch,

1 Stück weiche Butter 250 gr.,

3 Eier,

1 Päckchen Vanillezucker,

2 Tassen Zucker,

4 Tassen Mehl,

4 Essl. Kakao 50 gr.,

2 Tl. Natron

Belag:

Obst Kirschen, Mandarinen, Pfirsiche .....,

Streusel ,

Kokosraspel, etc.

Backzeit: 40 bis 50 min. bei mittlerer Hitze

Alle Zutaten nach und nach in eine große Rührschüssel geben und gut verrühren. Dann Obst, Butter- oder Kakao-Streusel auf die dunkle Teigmasse geben.

Nachdem der Kuchen abgekühlt ist, nach Wunsch Zuckerguss drüber geben.

Buttermilch Kuchen 3 Ei M

Zutaten: für 1 Blech

200 g Zucker

1 P. Vanillezucker

280 ml Buttermilch

3 Eier

350 g Mehl

1 P. Backpulver

200 g Mandelblättchen

70 g Zucker

125 g Butter

1 Becher Sahne

## Zubereitung:

1 Aus Zucker, Vanillezucker, Buttermilch, Eier, Mehl und Backpulver einen glatten Teig herstellen und auf ein gefettetes Backblech gießen und glattstreichen.

Bei 200°C 10 Minuten vorbacken.

2 Dann Mandelblättchen möglichst gleichmäßig über den Boden streuen und 70 g Zucker darüber streuen. Dann weitere 15 Minuten backen.

In der Zwischenzeit Butter mit Sahne aufkochen. Dann gleichmäßig auf den noch heißen Kuchen verteilen. Vollständig abkühlen.

## Buttermilch Kuchen 3 Ei M

### 3 Eier

2 T. Zucker

### 2 T. Buttermilch

200 g gem. Haselnüsse

2 Tüte. Vanillin

4 T. Mehl

1 Tüte. Backpulver

Alles gut verrühren und auf Backblech geben.

2 T. Kokosraspeln  
mit

1 T. Zucker

mischen und auf den Teig verteilen

Kuchen backen und wenn der Kuchen fertig aus dem Ofen kommt,  
sofort

200 g ungeschlagene Sahne darauf verteilen.

## Buttermilch Kuchen für Diätler 3 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

### 3 Eier

1.5 Tasse/n Zucker

2 Tasse/n Mehl

2 Tasse/n Buttermilch

2 Pck. Backpulver

100 g Mandeln, gehobelte

1 Tasse/n Buttermilch

## Zubereitung

Eier und Zucker ca. 3 Minuten schaumig schlagen. Die Buttermilch zugeben und kurz verrühren. Das Mehl mit dem Backpulver vermischen und löffelweise unterrühren. Den Teig sofort auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit den Mandeln gleichmäßig bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 170 C/ 20 Min backen keine Heißluft! . Nach der Backzeit das Blech rausnehmen und den Kuchen mit der restlichen Buttermilch gleichmäßig begießen. Nochmals 10 Min in den bereits ausgeschalteten Backofen schieben. Fertig!

Der Kuchen schmeckt auch nach 2 Tagen noch genauso gut wie frisch gebacken!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

16.10.04 Fiorella

Kommentar von Fiorella 03.03.2005 11:10

Hallo,

ich hätte vielleicht als Titel "Fettreduziert" schreiben sollen.

Sorry!!

Ich habe das eigentliche Rezept so umgeändert, dass KEINE Butter und KEINE Sahne und weniger Mehl verwendet wird. So ist dieser Kuchen mit weniger Fett, Sahne + Mehl sehr gut geworden, so finde ich das jedenfalls.

Der Teig ist sehr flüssig, ja.

Aber er kann auf dem Backblech oder der Fettpfanne gebacken werden.

Bei mir gelingt das sehr gut.

Übrigens gelingt er mit Vollkornmehl auch sehr gut.

Kommentar von sabi11 04.03.2005 21:07

hab den Kuchen grad noch mal in den Ofen geschoben. Irgendwie ist er noch ziemlich weich. Oder ist das normal so? Hab schon ein wenig vom Rand geknabbert ;- und ich muss sagen, geschmacklich ist er auf jeden Fall super! Hab übrigens Vollkornmehl verwendet und nur 1 Tasse Zucker.

Kommentar von Fiorella 07.03.2005 14:06

Hallo Sabi11,

wenn die Backzeit um ist, drücke ich mit dem Finger ganz leicht in der Mitte des Kuchens.  
Da merkt man am besten ob er "durch" ist.

Der Kuchen darf nicht fest werden!!!

Die Mandeln für obendrauf ersetze ich auch mal gegen Kokosflocken oder gehackte Walnüsse.  
Wenn man die vorher kurz in einer beschichteten Pfanne anröstet, kommt das Aroma noch besser raus.

LG Fiorella

Buttermilch Kuchen IV 3 Ei + 2 Eigelb M

Das brauche ich 16 Stücke

Teig:

225 g Ursüße oder Vollzucker  
225 g Weizenmehl Type 550

1 Ei

1 Prise Meersalz  
125 g kalte Butter

Buttermilchmasse:

75 g weiche Butter

2 Eier

2 Eigelb

abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone  
1 Prise Vanille und  
2 EI Stärkepulver oder 2 EI Vanillepuddingpulver

1/2 Liter Buttermilch

75 g gehackte Mandeln

Pro Stück:

5 g Eiweiß,  
15 g Fett,  
25 g Kohlenhydrate,  
260 kcal / 1090 kJ

Das mache ich

Zucker im Mixer zerkleinern. Ein Drittel davon mit Mehl, Ei, Salz und kalten Butterflockchen zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Ca. 30 Minuten kalt stellen. Für die Buttermilchmasse weiche Butter mit restlichem Zucker cremig rühren. Eier, Eigelbe, Zitronenschale, Vanille und Stärkepolver bzw. das Puddingpulver einrühren. Buttermilch und Mandeln zugeben. Teig auswellen und eine gefettete Springform damit belegen. Einen 3 cm hohen Rand drücken. Buttermilchmasse hineingießen der Rand muss dicht sein, damit sie nicht herausläuft.

Im vorgeheizten Backofen bei 175°C 50 60 Minuten backen.

Reformhaus Kurier 3/2003

### Buttermilch Kuchen mit Kokos 3 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

4 Tasse/n Mehl

3 Tasse/n Zucker

2 Tasse/n Buttermilch

3 Eier

1 Pck. Backpulver

Für den Belag:

2 Tasse/n Kokosraspel

1 Tasse Zucker

2 Becher Sahne

### Zubereitung

Aus dem Zucker, Buttermilch, Mehl, Eier und dem Backpulver einen Rührteig herstellen. In eine Springform geben. Die Kokosflocken und Zucker vermischen und auf dem Teig verteilen. Den Kuchen bei 175 Grad Ober- und Unterhitze 20-30 Minuten backen.

Wenn der Kuchen aus dem Ofen kommt, die 2 Becher Sahne gleichmäßig darüber verteilen und einziehen lassen.

Tipp: Verwenden sie normale Kaffeetassen, dann reicht der Teig für eine Springform. Nehmen sie Kaffeepötte, dann reicht er für ein Backblech.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

18.07.05 Jamaica

## Buttermilch Kuchen mit Kokosflocken 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

½ Liter Buttermilch

2 Eier

2 Tasse/n Zucker, ca. 300 gr.

4 Tasse/n Mehl, ca. 400 gr.

1.5 Pck. Backpulver

1 Prise Salz

2 Pck. Vanillezucker

100 g Kokosraspel

100 g Mandeln, gehackte

½ Tasse/n Puderzucker

1.5 Becher süße Sahne

Buttermilch, Eier, Zucker, Mehl, Backpulver und Vanillezucker zum Rührteig verarbeiten und auf ein tiefes Fettpfanne Backblech gießen. Anschließend die Kokosflocken und gehackten Mandeln vermischen und auf dem Teig verteilen. Darüber dann den Puderzucker streuen.

Backzeit: ca. 20 - 25 Minuten bei 175 Grad Umluft

Nach dem Backen auf den heißen Kuchen 1 1/2 Becher süße Sahne geben. Fertig

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

03.05.04 Thomasius

## Buttermilch Kuchen mit Kokosraspel 2 Ei M

5 Tassen Mehl

1 0,5 Tassen Zucker

2 Eier

1,5 P. Backpulver

500 ml Buttermilch

Zu Teig verarbeiten und auf einem gefetteten Backblech verteilen. 200 g Kokosraspel mit 1 Tasse Zucker und 1 P. Vanille- Zucker mischen und auf den Teig streuen.

25 Minuten bei 175 Grad backen.

2 Becher flüssige Sahne gleichmäßig über den warmen Kuchen gießen.

### Buttermilch Kuchen mit Mandeln 3 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

200 g Zucker

3 Eier

360 g Mehl

1 Pck. Backpulver

280 g Buttermilch

1 Pck. Vanillezucker

Für den Belag:

75 g Zucker

100 g Mandeln, in Blättchen

125 g Butter

1 Becher Sahne

### Zubereitung

Die o.g. Zutaten zu einem Teig verrühren und auf ein möglichst tiefes Backblech gießen. Den Teig mit den Mandelblättchen und dem Zucker bestreuen und bei 180°C 25 min. backen. Kurz vor Ende der Backzeit die Butter mit der Sahne kurz aufkochen, auf den fertig gebackenen, noch heißen Kuchen gießen und einziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

22.11.02 Sivi

### Buttermilch Küchlein mit Heidelbeeren 1 Ei M

Zutaten für 4 Personen

1 EL Butter/Margarine

1 Ei G. M

1 geh. EL Zucker

1 Päckchen Vanille-Zucker

1 Prise Salz

100 ml Buttermilch

100 g Mehl  
1 gestr. TL Backpulver  
1 EL Butterschmalz  
1 Glas Heidelbeeren à 370 ml  
etwas Puderzucker oder Ahornsirup  
evtl. Minze und Limettenscheiben zum Verzieren

### Zubereitung

1.

Fett schmelzen und etwas abkühlen lassen. Ei, Zucker, Vanillin-Zucker und Salz 5-8 Minuten schaumig schlagen. Fett und Buttermilch darunter ziehen. Mehl und Backpulver mischen, darauf sieben und vorsichtig unterheben.

2.

Butterschmalz portionsweise in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Aus der Hälfte Teig darin etwa 4 kleine Küchlein von beiden Seiten goldgelb backen. Herausnehmen und warm stellen. Restlichen Teig auf die gleiche Weise backen.

3.

Heidelbeeren abtropfen lassen. Küchlein mit Puderzucker bestäuben oder mit Ahornsirup beträufeln. Heidelbeeren dazu reichen. Evtl. mit Minze und Limetten verzieren.

### Extra-Tipp

Die Küchlein schmecken auch mit Pflaumen oder Kirschen Glas lecker. Die Früchte können Sie abgießen oder samt Saft andicken.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Buttermilch Mandel Blechkuchen 2 Ei M

Zutaten für den Teig:

2 Eier

1 Tasse Zucker

2 Tassen Buttermilch

einige Tropfen Backöl Butter-Vanille

4 1/2 Tassen Mehl

1 P Vanillepuddingpulver

1 1/2 P Backpulver

Zutaten für den Belag:



1 Tasse Zucker  
200 g Mandelstifte oder Blättchen  
2 P Vanille Zucker

1 Tasse süße Sahne

### Zubereitung:

Für den Teig die Eier mit dem Zucker in einer Schüssel auf mittlerer Stufe schaumig schlagen, Buttermilch und Backöl unterrühren. Mehl, Pudding- und Backpulver mischen und ebenfalls zugeben. Alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Backofen auf 175 C vorheizen. Backblech mit Butter oder Margarine fetten und dünn mit Mehl bestäuben.

Den Teig gleichmäßig drauf streichen. Für den Belag den Zucker mit den Mandeln und dem Vanille Zucker mischen und gleichmäßig über den Kuchen verteilen. Den Kuchen ca. 20 min bei 175 C backen. Wird die Oberfläche zu dunkel, evtl. mit gefetteter Alufolie abdecken.

Nach dem Backen den noch heißen Kuchen mit der flüssigen Sahne gleichmäßig beträufeln.

Den Kuchen ganz auskühlen lassen und dann erst in Stücke schneiden.

### Buttermilch Napfkuchen 4 Ei M

#### Zutaten

1 Glas 720 ml Sauerkirschen  
1 Dose 314 ml Mandarin-Orangen  
4 Eier Gew.-Kl. M  
1 1/2 Tassen Zucker ca. 270 g  
2 Tassen Buttermilch ca. 365 ml  
10 Tropfen Backaroma "Bittermandel"  
4 1/2 Tassen Mehl ca. 575 g  
1 1/2 Päckchen Backpulver  
1 Packung Puddingpulver „Vanille“ für 1/2 Milch  
1-2 EL Mehl zum Wenden  
250 g Puderzucker  
5-6 EL Zitronensaft

Kirschen und Mandarinen abtropfen lassen. Eier und Zucker schaumig schlagen. Buttermilch und Bittermandelöl unterrühren.

Mehl, Backpulver und Puddingpulver mischen. Ebenfalls zufügen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Kirschen in Mehl wenden. Zusammen mit den Mandarinen vorsichtig unter den Teig heben.

Teig in eine gefettete, mit Paniermehl ausgestreute Gugelhupfform ca. 2 Liter Inhalt füllen. Im vorgeheizten Backofen E-Herd 175 C, Umluft: 150

C, Gas: Stufe 2 55-65 Minuten backen. Nach der Hälfte der Backzeit evtl. mit Pergamentpapier bedecken. Puderzucker mit Zitronensaft glatt verrühren, ausgekühlten Napfkuchen damit bestreichen.

## Buttermilch Napfkuchen mit Kirschen 4 Ei M

Zutaten für ca. 20 Stücke:

400-500 g Sauerkirschen oder 1 Glas 720 ml Sauerkirschen

1 Dose 314 ml Mandarin-Orangen

4 Eier Gr. M

270 g Zucker

### 350 ml Buttermilch

10 Tropfen Backaroma „Bittermandel“

570 g Mehl

1 1/2 Päckchen Backpulver

1 Packung Puddingpulver „Vanille-Geschmack“ für 1/2 l Milch

1-2 Ei Mehl zum Wenden

Fett und Mehl für die Form

250 g Puderzucker

16 Ei Zitronensaft

evtl. Melisse zum Verzieren

Pergamentpapier

### Zubereitung:

1. Frische Kirschen waschen, entsteinen. Kirschen aus dem Glas und Mandarinen abtropfen lassen. Einige Früchte zum Verzieren beiseite legen. Eier und Zucker schaumig rühren. Buttermilch und Bittermandelöl zugeben, unterrühren. Mehl, Backpulver und Puddingpulver unterrühren.

2. Kirschen in Mehl wenden. Mit den Mandarinen unter den Teig heben. Teig in gefettete, mit Mehl ausgestreute Gugelhupfform füllen.

3. Kuchen

im vorgeheizten Backofen bei 175 °C 55 bis 65 Minuten backen.

Nach der Hälfte der Backzeit eventuell mit Pergamentpapier abdecken. Kuchen aus der Form stürzen und auskühlen lassen. Puderzucker und Zitronensaft glattrühren. Kuchen mit dem Zitronenguss bestreichen, mit zurückgelegten Kirschen und Mandarinen verzieren. Dazu schmeckt Sahne.

Arbeitszeit ca. 30 Minuten

Backzeit ca. 1 Stunde

Wartezeit ca. 30 Minuten

Leckere Varianten für den Kuchenguss:

5-6 El Kirschsafft mit  
250 g Puderzucker verrühren. Oder den Kuchen mit  
250 g geschmolzener Vollmilch- bzw. Zartbitter-Kuvertüre bestreichen.

**Himmliche Gussvariante** zu Schokoladenkuchen:

50 g Butter und  
100 g Puderzucker mit  
1 Eigelb verrühren. Eventuell mit abgeriebener Zitronen- oder Orangen-  
schale oder gehackten Walnüssen 7 El oder  
1 TI Rosenwasser und  
1/4 TI Zimt verfeinern.

**Buttermilch Quarkstollen** 2 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

2 Eier

100 g Zucker

6 El Buttermilch

4 El Öl Sonnenblumenöl

250 g Buttermilch - Quark

450 g Mehl

½ Pck. Backpulver

etwas Paniermehl

einige Mandeln, gehobelt

Butter für die Form

**Zubereitung**

Eier und Zucker schaumig rühren, Buttermilch und das Öl dazugeben.  
Den Buttermilchquark mit einem Schneebesen einrühren, dann das Mehl  
und Backpulver vermischen und dazugeben. Eine Kastenbackform mit But-  
ter bestreichen, mit Paniermehl und Mandelblättern bestreuen. Im Um-  
lufttherd bei 170 Grad fast 1 Stunde backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

19.07.05 Dangermouse

**Buttermilch Schnitten** 3 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

### 3 Eier

3 Tasse/n Zucker  
4 Tasse/n Mehl  
1 Pck. Vanillezucker  
1 Pck. Backpulver,

### 2 Tassen Buttermilch

2 Tasse/n Kokosraspel  
½ Tasse/n Zucker

### 1 Becher Sahne

150 g Butter

## Zubereitung

Eier schaumig rühren. Zucker und Vanillezucker dazurühren. Mehl und Backpulver vermischen und dazugeben. 2 Tassen Buttermilch unterrühren. Den Teig auf ein gut gefettetes Backblech geben. Kokosflocken und Zucker vermischen und darüber streuen.

Backzeit: 20 Minuten bei 200°C auf der mittleren Schiene.

Sahne und Butter aufkochen und über den fertigen Kuchen geben.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

13.07.05 percussionfan

## Buttermilch Schnitten 3 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

4 Tasse/n Mehl  
1 Prise Salz  
1 Tasse/n Zucker

### 2 Tasse/n Buttermilch

### 3 Eier

1 Pck. Backpulver  
1 Pck. Vanillezucker  
2 Tasse/n Kokosraspel  
½ Tasse/n Zucker

### 1 Becher Sahne

150 g Butter

Eier, Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Mehl mit Backpulver vermischen und darunter heben, dann Buttermilch dazugeben.  
Teig in ein gefettetes Blech geben!  
Kokosflocken und Zucker vermischen und auf den noch nicht gebackenen Kuchenteig verteilen.  
Kuchen backen 30 min ca.150°C  
Wenn der Kuchen fast fertig gebacken ist, muss man die Sahne mit der Butter aufkochen lassen.  
Und dann über den fertigen Kuchen verteilen sozusagen als Glasur.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
28.02.03 Gitte2

### Buttermilch Zimt Kuchen vom Blech 4 Ei M

Zutaten für 1Portionen

#### 4 Eier

1 Pck. Vanillezucker  
2 Tasse/n Zucker  
5 Tasse/n Mehl  
1 Pck. Backpulver

#### 2 Tasse/n Buttermilch

Zimt und Zucker  
Butter  
Fett und Mehl für das Blech

Zuerst die Eier mit Vanillezucker und Zucker schaumig schlagen. Dann Backpulver und Mehl vermischen und abwechselnd mit der Buttermilch in die Eiermasse geben und gut verrühren. Den Teig nun auf ein gefettetes und bemehltes Backblech geben. Im vor geheizten Ofen bei 200°C Heißluft 180°C 8 Minuten backen.

Den Kuchen herausnehmen, großzügig mit einem Gemisch aus Zimt und Zucker bestreuen und darauf in gleichmäßigem Abstand kleine Butterflöckchen setzen. Daraufhin nochmals für etwa 15 Minuten bei gleicher Temperatur in den Ofen geben.  
Schmeckt am besten lauwarm.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten  
09.12.05 Polgara81

### Coca Cola Kuchen 2 Ei M

Teig: 150 g Weizenmehl,  
1 gestr. TL Backpulver,  
200 g Zucker,  
100 g weiche Butter oder Margarine,  
2 Ei Kakaopulver,  
75 ml Coca-Cola,

75 ml Buttermilch,

2 Eier

1/2 Fläschchen Butter-Vanille-Aroma

Für den Guss:

50 g Butter,  
1 1/2 Ei Kakaopulver,  
100 ml Coca-Cola,  
400 g gesiebter Puderzucker,  
100 g Pecannüsse

Für den Teig Mehl und Backpulver mischen, in eine Rührschüssel sieben, übrige Zutaten dazugeben und in 2 Minuten mit Handrührgerät mit Rührbesen zu einem glatten Teig verarbeiten. Einen Backrand 20x20 cm auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stellen, den Teig hineingeben und glattstreichen. Das Backblech in den Backofen schieben.

Ober-/Unterhitze etwa 180 Grad vorgeheizt  
Heißluft etwa 160 Grad nicht vorgeheizt  
Gas etwa Stufe 3 nicht vorgeheizt

Backzeit ca. 25-30 min.

Backrand und -papier entfernen, Kuchen auf ein Kuchenrost legen und sofort den Guss zubereiten. Butter, Kakao und Coca-Cola zum Kochen bringen, kurz einkochen lassen, den Topf von der Kochstelle nehmen. Puderzucker unterrühren. Den heißen Guss auf den warmen Kuchen geben und mit gehackten Pecannüssen bestreuen.

Cola Kuchen 1 und 2 und Torte

Cola Kuchen mit Marshmallows M

Zutaten für 1 Portionen  
250 g Butter  
250 ml Cola  
3 Ei Kakaopulver  
300 g Mehl  
400 g Zucker  
1 Prise Salz

1 Pkt. Vanillezucker

125 ml Buttermilch

1 TL Natron

3 Tasse/n Marshmallows

Kuchenglasur, Schoko

## Zubereitung

Butter, Cola und Kakao verrühren und aufkochen. Mehl, Zucker, Vanillezucker in eine Schüssel geben und die heiße Colamasse darauf gießen und verrühren. Eier, Buttermilch und Natron nacheinander einrühren. Zuletzt die Marshmallows zugeben.

Eine Springform fetten und den Teig einfüllen. Der Teig ist flüssig und die Marshmallows schwimmen oben.

Bei 175° C ungefähr 45-60 Min. backen

Schokoladenguss darüber.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

25.11.04 Akinome

Eierlikörtulpe 6 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

Für den Teig:

375 g Butter

6 Eier

270 g Zucker

375 g Mehl

150 g Schokostreusel

1.5 P. Vanillezucker

1.5 P. Backpulver

1.5 Tasse/n Eierlikör Alternativ: Buttermilch

etwas Fett Pflanzenfett, zum Einfetten

Puderzucker zum Bestreuen

## ZUBEREITUNG

Die Butter schaumig rühren und nach und nach Zucker, Vanille Zucker, Eierlikör und Ei hinzugeben. Das mit Backpulver gemischte und gesiebte

Mehl esslöffelweise unterrühren. Den Teig 2 Minuten rühren, die Schokostreusel darunter mischen und 1 Minute rühren. Die Tulpen-Backform ganz dünn mit Pflanzenöl einpinseln. Den Teig in die Form einfüllen. Alles gleichmäßig glatt streichen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen und den Kuchen 45 - 60 Minuten auf unterster Schiene backen. Den fertigen Kuchen noch 15 Minuten in der Form abkühlen lassen, stürzen und vollständig erkalten lassen. Den Eierlikörkuchen vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

**Tipp:** Bei herkömmlichen Rezepten die Zutatenmenge um ca. 50 % erhöhen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Elfen Kuchen 2 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

2 Eier

1.5 Tasse/n Mehl

1.5 Pck. Backpulver

500 ml Buttermilch

½ Tasse/n Zucker

1 Pck. Vanillezucker

2 Tasse/n Kokosraspel

1 Tüte/n Mandeln, gehobelt

200 ml süße Sahne

Fett für das Blech

**Zubereitung**

Von Eier bis Buttermilch alles zu einem Teig verarbeiten. Backblech einfetten oder mit Backpapier auslegen. Den Teig auf dem Backblech verteilen. Zucker bis gehobelte Mandeln als Belag für den Teig vorbereiten. Über den Teig geben. Ca. 20 - 30 Minuten bei 175° - 180° Grad backen, bis sich die Oberfläche leicht bräunt.

Nach dem Backen die Sahne über den noch heißen Kuchen geben und einziehen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

10.02.06 Penny\_Century



## Finnischer Gewürz Kuchen 3 Ei M

Portion/en: 1

100 g Weiche Butter  
250 g Brauner Zucker

### 3 Eier

300 g Säuerliche Äpfel  
400 g Mehl  
2 TI Backpulver  
5 TI Lebkuchengewürz

100 ml Buttermilch

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Eine 25 cm lange Kastenform etwa 1,5 Liter Inhalt gründlich fetten.

Die Butter cremig rühren. Zucker und Eier dazugeben und alles schaumig aufschlagen. Die Äpfel schälen und ohne die Kerngehäuse grob raspeln, sofort unter die Zuckercreme rühren, damit sie sich nicht verfärben.

Das Mehl mit dem Backpulver und dem Lebkuchengewürz mischen, abwechselnd mit der Buttermilch unter die Zuckercreme rühren. Den Teig in die vorbereitete Form umfüllen und glattstreichen.

Die Form auf einem Rost auf der untersten Schiene in den Ofen stellen und den Kuchen etwa 1 Stunde backen. Einige Minuten in der Form abkühlen lassen, dann auf ein Gitter stürzen und unter einem Tuch auskühlen lassen.

## Gugelhupf mit getrockneten Feigen 4 Ei M

Zutaten für 6 Portionen  
0.08 kg Datteln, getrocknet  
0.06 kg Feigen, getrocknet  
3 Ei Rum oder Orangensaft ca. 0.5 dl  
0.1 kg Walnüsse, die Kerne  
0.15 kg Butter  
0.1 kg Zucker  
0.1 kg Honig, flüssig

### 4 Eier

1 Pkt. Backpulver

1 Prise Salz  
0.4 kg Mehl Weiß- oder Halbweißmehl

2.5 dl Buttermilch, nature oder Vollmilch

1 TI Öl Erdnussöl, für die Form  
1 EI Mehl, für die Form  
etwas Puderzucker zum Besieben

Datteln aufschneiden, entkernen, grob hacken. Feigen in Würfelchen schneiden. Rum oder Orangensaft über Datteln und Feigen geben, etwas ziehen lassen.

Backofen auf 200°C vorheizen.

Baumnußkerne Walnüsse fein hacken oder grob mahlen. Butter mit Zucker, Honig und den Eiern schaumig rühren. Backpulver und Salz mit dem Mehl mischen, zusammen mit den Nüssen zur schaumigen Masse geben. Buttermilch und Trockenfrüchte ebenfalls zufügen und alles gut vermischen.

Gugelhupfform ca. 2,5 Liter Inhalt befetten und bemehlen. Teig in die Form geben, glatt streichen.

Im unteren Drittel des Ofens ca. 1 Stunde backen. Sollte die Oberfläche zu dunkel werden, mit Alufolie abdecken.

Abkühlen lassen, aus der Form stürzen und vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben.

Brennwert p. P.: 800

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten

21.09.01 Bashiba

Heidelbeer Kuchen 3 Ei M

Insgesamt 48 Points

Zutaten für den Teig:

400 g Mehl  
1 Päckchen Backpulver  
1 Prise Salz  
200 g Zucker

300 g Buttermilch

3 Eier

einige Tropfen Butter-Vanillearoma

Zutaten für den Belag:

500 g Heidelbeeren

## Außerdem:

Fett für die Form

Das Mehl mit dem Backpulver, dem Salz und der halben Menge Zucker vermischen. Die Buttermilch mit den Eiern und dem Backaroma verquirlen und langsam zur Mehl-Zucker-Mischung gießen. Alles mit den Quirlen des Handrührgerätes zu einem glatten Teig verrühren. Eine Springform einfetten und den Teig darauf verteilen. Die Heidelbeeren gleichmäßig auf den Teig verteilen und den restlichen Zucker darüber streuen. Die Form in den kalten Backofen auf die mittlere Schiene schieben und den Kuchen

bei 200°C etwa 30 Minuten backen,

bis er schön gebräunt ist. Kuchen in der Form abkühlen lassen.

Tipp: Statt Heidelbeeren kleingewürfelte Äpfel nehmen, mische unter die 2. Zuckerhälfte etwas Zimt über den Kuchen streuen backen einfach nur lecker!

## Heidelbeer Pfirsich Kuchen 4 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

600 g Pfirsiche

250 g Butter oder Margarine

250 g Zucker

4 m.-große Eier

125 ml Buttermilch

400 g Mehl

$\frac{3}{4}$  Pck. Backpulver

250 g Heidelbeeren

## Zubereitung

Pfirsiche überbrühen, abschrecken und die Haut abziehen. Früchte halbieren und die Steine entfernen.

Fett und Zucker schaumig rühren. Eier unterarbeiten. Buttermilch einrühren. Mehl und Backpulver unter die Fett-Ei-Masse heben.

Teig auf einem gefetteten Backblech streichen. Pfirsiche und Heidelbeeren darauf verteilen. Kuchen im heißen Backofen E-Herd: 200°C/Umluft: 175°C ca. 40 Minuten backen.

Auskühlen. Dazu schmeckt glatt gerührter Schmand.

Brennwert p. P.: 420

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten  
08.10.02 schogl

Johannisbeer Blech Kuchen 3 Ei M  
ohne Butter

Zutaten für 24 Portionen  
1 Tüte/n Backpulver  
250 g Zucker  
400 g Mehl

300 g Buttermilch

3 Eier

Buttervanille-Aroma, einige Tropfen  
500 g Johannisbeeren

Das Mehl mit dem Backpulver und 150 g Zucker vermischen.  
Die Buttermilch mit den Eiern und dem Vanillearoma verquirlen und langsam zu der Zucker-Mehl-Mischung gießen. Mit dem Mixer zu einem glatten Teig verrühren.  
Ein Backblech mit Backpapier auslegen, und den Teig darauf verteilen.  
Nun die Johannisbeeren gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Mit dem restlichen Zucker bestreuen.  
Das Blech in den kalten Backofen schieben und den Kuchen bei 200°C ca. 30 min backen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten  
06.02.05 Monchichi

Käse Kuchen mit Buttermilch 6 Ei M

Zutaten für 1 Portionen  
100 g Butter  
3 Ei Zucker

1 Eier

180 g Mehl  
1 TI Backpulver  
150 g Butter

2 Eier

100 g Zucker

500 g Quark

1 Pck. Puddingpulver, Vanille  
1 El Vanillezucker  
etwas Zitronen - Schale, gerieben

500 ml Buttermilch

Mürbteigboden aus

100 g Butter,  
3 El Zucker,

1 Ei,

180 g Mehl,  
1 TL Backpulver bereiten wenn er sehr klebt - kühl stellen, ausrollen und Springform damit auskleiden.

Für Quarkmasse:

150 g Butter mit

2 Eiern,

100 g Zucker und  
500 g Quark verrühren,  
1 Vanillepuddingpulver,  
1 Vanillezucker und  
etw. geriebene Zitronenschale dazugeben.  
Zum Schluss 1/2 l Buttermilch unterrühren.

Masse auf Mürbteigboden geben und bei 180° ca. 1 Std. backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

10.05.05 Steffjul

Käse Kuchen vom Blech 8 Ei M

Zutaten für Portionen

Für den Mürbeteig:

140 g Butter oder Margarine  
140 g Zucker

2 Eier

300 g Mehl  
2 TL Backpulver

Für den Belag:

200 g Zucker

2 Eier

4 Ei trennen

2 EL Zitronensaft

$\frac{3}{4}$  Liter Milch

2 Pck. Puddingpulver, Vanille für 1/2 l

1 kg Quark Magerquark

500 ml Natur-Joghurt, 0,1% Fett, gerührt

3.5 EL Grieß

4 EL Zucker

Puderzucker, zum Bestäuben

## Zubereitung

Angaben zum Energiewert: Ca. 270 kcal / Stück  
Fett, Zucker, Eier, Mehl und Backpulver zu einem glatten Teig verkneten.  
In einem gefetteten, tiefen Backblech Fettfangschale ausrollen.  
Für den Belag Zucker, Eier und Eigelb verrühren. Zitronensaft und Milch unterrühren.

Puddingpulver, Quark, Naturjoghurt und Weizengrieß zufügen und alles glatt rühren.

Auf den Teig gießen und dabei gleichmäßig verteilen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad auf mittlerer Schiene etwa 30 Minuten backen.

Für den Guss: Eiweiß steif schlagen und Zucker einrieseln lassen. Die gebackene Quarkmasse damit bestreichen und den Kuchen nochmals 10 Minuten überbacken.

Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

Tipp: Für den Belag anstelle der Milch frische Buttermilch verwenden. Das gibt ein säuerliches Aroma. Durch etwas Citro-Back kann der Geschmack noch verstärkt werden.

**Brennwert p. P.: 270**

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

10.11.03 DaffyDuck

Kommentar von Moni-Fix 17.07.2004 14:37

Also, Versuch macht klug:

Ich habe 2 Eier für den Mürbeteig genommen, dafür habe ich die 2 Eier, die für den Belag angegeben waren, weggelassen.

Der Kuchen ist super geworden und schmeckt hervorragend.

Danke für das Rezept!

LG Moni-Fix

## Kiekebergier Zwetschgen Kuchen 3 Ei M

Zutaten:

500 g Mehl  
100 g Zucker  
abgeriebene Zitronenschale  
1 Tüte. Trockenhefe

0,5 l lauwarme Buttermilch

125 g Margarine

1 Ei

Guss:

2 Eier

2 TL Zimt  
100 g Zucker

250 g Schmand

Zubereitung:

Mehl, Zucker, Zitronenschale und Hefe in einer Schüssel mischen. Buttermilch, Margarine und Ei zufügen. Zu einem Hefeteig verkneten, bis zur doppelten Größe aufgehen lassen. Für den Belag in einer Pfanne Sonnenblumenkerne rösten. Zwetschgen entsteinen. Den Teig durchkneten, in die Fettpfanne des Backofens oder eine große runde Form streichen, die Zwetschgen darauf legen, und im vorgeheizten Ofen 20 Minuten backen.

Guss:

Eier, Zimt, Zucker und Schmand miteinander verschlagen, über die Zwetschgen gießen, die Sonnenblumenkerne darüberstreuen und weitere 20 Minuten backen.

Backzeit insgesamt 40 Minuten bei 200 C.

## Kirmes Kuchen M

Zutaten für 1 Portionen

1 Tasse/n Zucker, braun  
2 Tasse/n Mehl, Typ 1050  
1 Ei Natron, Natriumhydrogencarbonat  
1 Vanilleschoten, ausgekratzt

### 1.5 Tasse/n Buttermilch

3 Ei Konfitüre, rote, am Besten 3: 1 selbst gekochte

2 Ei Konfitüre, rote, am Besten 3: 1 selbst gekochte

### 150 g Schokolade, Vollmilch

2 Ei Zucker - Konfetti oder bunte Zuckerstreusel

Zucker, Mehl und Natron in einer Schüssel mit Deckel gut vermischen.

Buttermilch, Vanille und 3 Ei Konfitüre in einem hohen Becher mit dem Schneebesen oder dem elektrischen Handrührgerät gut verquirlen.

Die flüssige Masse zu der Trockenen geben, kurz, aber gründlich unterarbeiten, und auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech bei 200°C 20 Minuten backen.

Noch heiß mit der restlichen Konfitüre bestreichen und auskühlen lassen.

Die Schokolade in der Mikrowelle, im Joghurtbereiter, oder im Wasserbad schmelzen lassen und auf dem Kuchen verstreichen.

Mit dem Zuckerkonfetti oder den Zuckerstreuseln bestreuen und, nachdem die Schokolade fest geworden ist, in 12 Stücke schneiden.

In einer verschlossenen Dose hält sich der Kuchen mindestens 5 Tage frisch.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

26.07.05 M4162

## Kirsch Kuchen mit Grießguss 6 Ei M

Für 12 Stück

### Für den Teig:

#### 250 ml Buttermilch

1 P. Citroback

150 g Zucker

#### 4 Eier

250 g Mehl

100 g Speisestärke

2 gestr. TL Backpulver

½ TL Natron

### Für den Belag

#### 500 ml Milch 1,5 %

4 Ei Zucker



2 P. Vanillezucker  
1 Prise Salz  
6 EL Grieß

2 Eier

8 EL Kaffeesahne 4 %  
1 Glas Kirschen 350 g

Backofen auf 200 °C vorheizen, alle Teigzutaten mit dem Rührbesen des Handrührgerätes verrühren. Eine Springform mit Backpapier auslegen, den Teig einfüllen und glattstreichen. Den Kuchen auf der mittleren Schiene ca. 30 Min. backen. Für den Belag die Milch mit Zucker, Vanillezucker und Salz aufkochen, Grieß einstreuen und ausquellen lassen. Eier trennen. Die Eigelbe und die Kaffeesahne verrühren und unter den Grießbrei heben. Eiweiße steif schlagen und unterheben. Die Kirschen gut abtropfen lassen und auf dem gebackenen Kuchen verteilen. Den Guss auf die Früchte geben, glatt streichen und weitere 40 Min bei gleicher Temperatur backen. Den Kuchen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 20 min  
Backzeit: 1 Std. 10 Min

Pro Stück: 295 kcal, 4,5 g Fett, 54 g KH, 14 % kcal aus Fett

Kokos Blech Kuchen 4 Ei M

3 T. Zucker  
1 P. Backpulver

4 Eier

2 T. Buttermilch  
1 Pr. Salz  
4 T. Mehl  
1 P. Vanillin

alles miteinander verrühren, auf einem Backblech verteilen und 2 Tassen Kokosflocken und 1/2 T. Zucker miteinander mischen und auf dem Kuchen verteilen. Bei 200 ° C 45 Min. backen.

Kuchen kann auch mit Obst zubereitet werden z.B. kleingeschnittene Äpfel auf Teig verteilen, Kokosflocken darüber. Kirschen oder Ananas können auch verwendet werden.

## Kokos Blech Kuchen 3 Ei M

Teig:

4 Tassen Mehl  
3 Tassen Zucker

2 Tassen Buttermilch

3 Eier

1 Päckchen Backpulver

Belag:

1 Tasse Zucker  
½ - 1 Tüte Kokosflocken  
200 g flüssige Margarine  
1 Prise Zimt

Zubereitung:

Aus den Zutaten einen Teig herstellen und

bei 200° C 15 Minuten backen.

Danach den Belag auftragen und weitere 15 Minuten bei 200° C backen.

## Kokos Buttermilch Kuchen 2 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

2 Eier

1 Ei Öl  
200 g Zucker  
2 Pck. Vanillezucker

250 ml Buttermilch

2 Ei Zitronensaft  
300 g Mehl  
1 Pck. Backpulver  
150 g Butter  
100 g Zucker  
50 g Kokosraspel  
Fett für das Blech

## Zubereitung

Eier mit Öl, 200 g Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Buttermilch und Zitronensaft unterrühren. Mehl mit Backpulver mischen, rasch unter den Teig heben. Teig auf ein gefettetes Backblech streichen, im vor geheizten Backofen auf der mittleren Schiene bei 175 Grad etwa 10 Minuten backen.

Inzwischen die Butter erhitzen. Zucker hinzufügen und unter Rühren schmelzen lassen. Dann die Kokosraspel unterheben. Kokosmasse auf dem vor gebackenen Kuchen gleichmäßig verteilen und weitere 10-15 Minuten backen.  
Auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
05.01.06 krikri

## Kokos Kuchen für ein Backblech 2 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

2 Tasse/n Buttermilch

3 Tasse/n Zucker

4 Tasse/n Mehl

2 Eier

1.5 Pck. Backpulver

2 Tasse/n Kokosraspel

2 Pck. Vanillezucker

1 Becher Sahne, kalt

## Zubereitung

Buttermilch, 2 Tassen Zucker, Mehl, Eier und das Backpulver zusammenschütten und auf dem Backblech verteilen.

Kokosraspel, 1 Tasse Zucker, Vanillezucker mischen und auf den Teig geben.

15-20 Minuten bei 175° C backen.

Danach auf den noch heißen Kuchen 1 Becher süße, gekühlte Sahne geben.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

04.01.04 Mopsi

### Kokos Kuchen vom Blech 3 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

Für den Teig:

2 Tasse/n Zucker

3 Eier

4 Tasse/n Mehl

2 Tasse/n Buttermilch

1 Pck. Backpulver

Für den Belag:

1 Tasse/n Zucker

2 Tasse/n Kokosraspel Haselnüsse sind auch gut

1 Pck. Vanillezucker

200 ml Schlagsahne

150 g Butter

### Zubereitung

Zutaten für den Teig zusammenrühren und aufs mit Backpapier belegte Blech geben. Kokos, Zucker und Vanille Zucker mischen und auf dem Teig verteilen. Bei 210°C auf niedriger Schiene 15-20 min backen, bis der Kuchen goldbraun ist.

In der Zwischenzeit die Schlagsahne mit der Butter erhitzen.

Sobald der Kuchen aus dem Ofen kommt, die heiße wichtig! Sahnemischung mit einem Löffel auf dem Kuchen verteilen. Fertig.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

12.08.03 midasje

### Kokos Sahne Kuchen 3 Ei M

12 Stücke

450 g Mehl

200 g Zucker

1 P. Vanillezucker

1 Prise Salz

½ P. Backpulver  
½ TL Natron

3 Eier

375 ml Buttermilch

50 g Kokosraspeln

250 ml Kaffeesahne 4 % Fett

Springform mit Backpapier auslegen, Backofen auf 180 °C vorheizen. Mehl, 150 g Zucker, Vanille Zucker, Salz, Backpulver und Natron mischen. Die Eier trennen, Eigelbe und Buttermilch zu den anderen Zutaten geben und alles mit dem Schneebesen des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verrühren. Die Eiweiße mit 1 EL Wasser zu steifem Schnee schlagen und vorsichtig unter den Teig rühren. Den Teig in die Form gießen und glatt streichen, Kokosraspeln und restlichen Zucker mischen und auf dem Teig verteilen, 30 Min backen. Kuchen aus dem Ofen nehmen, noch heiß mit der Sahne begeben und abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: 15 Min - Backzeit: 30 Min.

Pro Stück: 281 kcal, 6,5 g Fett = 20 % kcal aus Fett 48 g KH

Kokosblech Kuchen 2 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

200 g Zucker

2 Pck. Vanillezucker

300 g Mehl

1 Pck. Backpulver

2 Eier

250 ml Buttermilch

1 Ei Öl

100 g Zucker

150 g Butter

50 g Kokosraspel

Puderzucker

Zubereitung

Die Zutaten Zucker bis Buttermilch in eine Rührschüssel geben und gut verrühren. Den Teig auf ein gut gefettetes Backblech aufstreichen und im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad ca. 10 Minuten backen.

Butter und Zucker im Kochtopf lösen und die Kokosraspeln hinzufügen. Die Masse auf den Teig streichen und nochmals 10-15 Minuten goldgelb backen. Nach dem Backen schneiden und beliebig mit Puderzucker bestäuben.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten  
07.07.05 bdammann

## Kokosnuss Kuchen 3 Ei M

Streusel:

1 El Zucker  
½ TI Citroback  
1 El geh Mandeln  
1 El Kokosraspel

Teig:

280 g Mehl  
2 TI Backpulver  
½ TI Natron  
¼ TI Salz  
110 g Butter,

3 Eier

320 g Zucker

180 ml Buttermilch

1 Pkg Vanillezucker

Für die Glasur:

2 El Puderzucker

470 g süße Sahne

30 g Kokosraspel

Für die Streusel:

Zucker, Citroback, gehackte Mandeln und Kokosraspel in eine kleine Schüssel geben und das Ganze mit einer Gabel gründlich vermischen. Für den Teig: Mehl in eine Schüssel sieben. Backpulver, Natron und Salz dazugeben und alles gründlich miteinander vermischen. Die Butter zerlassen. Die Eier in eine große Schüssel schlagen und gut miteinander verquirlen. Den Zucker unter ständigem Rühren einrieseln lassen und das Ganze schaumig schlagen. Die Butter, Buttermilch und den Vanillezucker dazugeben und das Ganze gut miteinander verrühren. Die Mehlmischung nach

und nach zu der Buttermischung geben und das Ganze so lange verrühren, bis das Mehl ganz untergearbeitet und ein glatter Teig entstanden ist. **Den Ofen auf 180°C vorheizen.** Eine Springform 26 cm Durchmesser mit Butter ausfetten und mit etwas Mehl ausstäuben. Den Teig in die Form geben und die als Streusel vorbereitete Kokosmasse darüber krümeln. Das Ganze auf der mittleren Schiene **etwa 30 Minuten backen.** Danach den Kuchen aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Für die Glasur den Puderzucker in ein Schüsselchen sieben. Die Sahne dazugeben und alles zu einer leichten, cremigen Masse schlagen. Den Kuchen damit bestreichen, zum Schluss die Kokosraspel darüber streuen.

### Kokosnuss Traum 3 Ei M

Für 12 Stück

Zutaten:

1 EL Zucker

½ TL Citroback

1 EL gehackte Mandeln

1 EL Kokosraspeln

#### 3 Eier

320 g Zucker

#### 180 ml Buttermilch

#### 130 g Joghurt

1 P Vanillezucker

280 g Mehl

2 TL Backpulver

½ TL Natron

¼ TL Salz

2 EL Puderzucker

#### 50 g Sahne

30 g Kokosraspeln

Zutaten für die Streusel in einer Schüssel verrühren, den Backofen auf 180 °C vorheizen, eine Springform mit Backpapier auslegen. Eier trennen, die Eiweiße steif schlagen. Den Zucker mit den Ei geben schaumig rühren, Buttermilch, Joghurt und Vanillezucker hinzufügen, die restlichen Zutaten nacheinander dazugeben und alles mit dem Schneebesen des Handrührgerätes gut miteinander verrühren, den Eischnee unterheben und den Teig in die Springform gießen, etwas glatt streichen und die vorbereiteten Streusel darüber krümeln. Den Kuchen auf der mittleren Schiene etwa 50 Min backen.

Für die Glasur den Puderzucker in ein Schüsselchen sieben, die Sahne dazugeben und alles zusammen zu einer leichten, cremigen Masse schlagen. Den Kuchen nach dem Abkühlen bestreichen, zum Schluss die Kokosraspeln darüber streuen.

TIPP: Statt Sahne können Sie für die Glasur auch Kokosmilch aus der Dose nehmen.

Zubereitungszeit: 45 Min -

Backzeit: 50 Min - Ruhezeit: 1 Std.

Pro Person: ca. 280 kcal, ca. 6,1 g Fett = 19,6 % - 52 g KH

Mandel Kuchen 4 Ei M

Tapsangels schneller

Zutaten für 16 Portionen

4 Tasse/n Mehl

3 Tasse/n Zucker

2 Tasse/n Buttermilch

4 m.-große Eier

1 Pck. Backpulver

200 g Mandeln Blättchen

1 Tasse/n Zucker

Butter, nach Geschmack

### Zubereitung

Alle Zutaten bis Backpulver zu einem glatten Teig verrühren und auf ein gefettetes Backblech ich nehme immer die tiefe Backpfanne streichen. Die Mandelblättchen mit 1 Tasse Zucker vermengen und auf dem Teig verteilen.

Im vorgeheizten Backofen 20 Min. bei 160 Grad Umluft backen. Im normalen Backofen bei 180 Grad 25 bis 30 Min.

Die Menge Butter nach Geschmack vorsichtig in der Mikrowelle auflösen und den gebackenen, noch heißen Kuchen gleichmäßig damit begießen. Schmeckt super lecker und ist bei unseren Schulfesten immer ratzfat weg gewesen, da er schnell gebacken ist und frisch am besten schmeckt!!!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

17.07.04 Tapsangel

Mandel Kuchen 4 Ei M



Zutaten für 1 Portionen

#### 4 Eier

2 Tasse/n Zucker  
1 Pck. Vanillezucker

#### 2 Tasse/n Buttermilch

4 Tasse/n Mehl  
1 Pck. Saucenpulver  
1 Pck. Backpulver  
2 Tasse/n Mandeln  
1 TI Zucker

#### 2 Becher Schlagsahne

### Zubereitung

Eier, Zucker und Vanillezucker verrühren. Buttermilch dazugeben. Mehl, Soßenpulver und Backpulver dazugeben und auf ein Backblech streichen. Mandeln mit 1 TI Zucker mischen und auf den Teig geben. Ca. 25 Minuten backen.

Flüssige Schlagsahne löffelweise über den heißen Kuchen geben.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

17.08.05 maeder5

### Marmor Kuchen mit Ingwer 1 Ei M

FÜR 1 GUGLHUPFFORM VON 16 CM

#### 200 g Buttermilch

100 g ungesüßtes Apfelmark Reformhaus  
60 g Fruchtzucker

#### 1 Ei

1 TL gemahlene Bourbon-Vanille Reformhaus  
60 g geschmolzene Butter  
1 1/2 TL gemahlener Ingwer  
220 g Weizenmehl Type 1050  
1 TL Backpulver  
1/2 gestrichener TL Natron  
1 EL Kakao, leicht entölt  
1 EL Puderzucker  
Butter und Semmelbrösel für die Form

Zubereitung- 30 Min.

Backzeit: 55-60 Min.

Bei 12 Stück pro Stück ca.:158 kcal/21 g KH

1. Ofen auf 175° vorheizen. Form fetten, mit Semmelbröseln ausstreuen. Buttermilch, Apfelmark, Zucker, Ei, und Vanille verrühren. Butter unterrühren.

2. Mehl mit Backpulver und Natron vermischen und unter die Buttermilchmasse ziehen. Die Hälfte des Teiges in die Form füllen. Kakao und Ingwer mit restlichem Teig mischen, in die Form geben. Mit einer Gabel Spiralen durch den Teig ziehen.

3. Im Ofen unten, Umluft 160° 55 Min. backen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

Aus Backen für Diabetiker

Marmorierter Käse Kuchen 4 Ei M

Zutaten

Basis für 7 Personen/Portionen

Für 14 Stücke:

225 g weiche Butter

250 g Puderzucker

1 Prise Salz

4 Eier Kl. M

180 g Mehl

300 g TK-Himbeeren, aufgetaut

60 g Speisestärke

3 El Orangensaft

1 Pk. Vanillezucker

750 g Magerquark

1/4 l Buttermilch

Zubereitung

1. 100 g Butter, 40 g Puderzucker, Salz, 1 Ei und Mehl verkneten. In Folie gewickelt 1/2 Stunde kalt stellen.

Himbeeren und 50 g Puderzucker aufkochen. 15 g Stärke und Orangensaft verrühren, zu den Himbeeren geben, nochmals kurz aufkochen, durch einen Sieb streichen. 2/3 des Teiges dünn ausrollen. Auf den Boden einer gefetteten Springform 24 cm Durchmesser legen, mehrfach einstechen. 20 Minuten kalt stellen.

Im vorgeheizten Ofen bei 175 Grad Umluft 150 Grad

auf der 2. Schiene von unten 12-15 Minuten vorbacken. 125 g Butter, 150 g Puderzucker und Vanillezucker sehr cremig rühren. 3 Eier nacheinander gründlich unterrühren.

45 g Stärke, Quark und Buttermilch unterrühren. Himbeerpüree bis auf 4 El mit 6 El der Quarkmasse verrühren

3. Übrigen Teig zu einer ca. 70 cm langen fingerdicken Schnecke formen. An den Innenrand der Form legen und rundherum abrollen. Gut andrücken. Hälfte der Quarkmasse in die Form geben, Himbeermasse darauf verteilen und mit einem Holzspieß durch kreisende Bewegungen verschlieren. Übrige Quarkmasse darauf verteilen.

Weitere 70 Minuten Umluft 50 Minuten wie oben backen.

In der Form abkühlen lassen. Mit 4 El Himbeerpüree garniert und mit 10 g Puderzucker bestäubt servieren.

Obst Kuchen mit Buttermilch 3 Ei M

3 Tassen Mehl  
1 Backpulver  
2 Tassen Zucker  
1 Vanillezucker

3 Eier

125 g zerlassene Butter

100 ml Buttermilch alles gut verrühren und Blech bei 160C ca 20 min backen

2 Dosen Cocktailfrüchte abtropfen und Saft auffangen

2 P Quarkfein Vanille  
1 P Quarkfein Zitrone

400 ml Buttermilch verrühren und  
500 g Quark unterheben auf dem Boden glatt streichen  
Früchte darauf verteilen

3 P Tortenguss

750 ml Obstsaft falls der Saft nicht reicht mit Wasser auffüllen und einen Guss kochen und über dem Kuchen verteilen

2 Std kalt stellen

## Oma's saftiger Käsekuchen 8 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

8 Eier

300 g Zucker

750 g Quark

1 Zitronen, Saft + Schale

1 Pkt. Saucenpulver, Vanille

1 Pkt. Puddingpulver, Vanille

1 Liter Buttermilch

### Zubereitung

Wie ein Mürbteig geht ist hinreichend bekannt - oder?  
Eier sehr schaumig rühren. Zucker einrieseln lassen. Quark unterrühren.  
Dann restliche Zutaten zugeben und alles SEHR lang rühren. Je cremiger die Masse, umso leckerer und feiner der Kuchen.  
Springform mit Mürbteig auslegen. Ich backe immer 5 Min bei 190 Grad vor. Dann die Quarkmasse einfüllen und weitere 1 1/4 Stunden backen, 10 Minuten abkühlen lassen, dann 1 bis 2 Stunden stehen lassen. Noch besser ist er, wenn man ihn erst am nächsten Tag anschneidet.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

20.06.05 bitdan

## Rhabarber Kuchen aus der Pfanne 2 Ei M

### Füllung

60 g Butter

1/2 Tasse Brauner Zucker

3 Tassen Rhabarber; kleingeschnitten

1 Tasse Himbeeren, frisch; nach Wunsch

### TEIG

1 Tasse Mehl

1 1/2 Tl. Backpulver

1 Prise Salz

120 g Butter

1 Tasse Zucker

2 Eier

120 ml Buttermilch

1 TL. Vanilleextrakt

Den Ofen auf 180C vorheizen. Die Butter in einer großen ofenfesten Pfanne, vorzugsweise aus Gusseisen, erwärmen. Den braunen Zucker zugeben und bei mittlerer Hitze rühren, bis er sich aufgelöst hat. Rhabarber zugeben und gut untermischen, bis er gleichmäßig mit Zucker bedeckt ist. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Rhabarber nun gegebenenfalls gleichmäßig mit Himbeeren bestreuen. Bis zum Backen beiseite stellen.

Für den Teig Mehl, Backpulver und Salz in eine Schüssel sieben. In einer anderen Schüssel Butter und Zucker cremig schlagen. Eier, Buttermilch und den Vanilleextrakt untermischen. Nun die restlichen Zutaten sorgfältig einrühren. Den Teig über die Rhabarbermasse geben und in der Pfanne 30-40 Minuten im Ofen backen. Mit einem Zahnstocher den Gargrad prüfen wenn er keine Rückstände zeigt, ist der Teig durch. Die Pfanne vorsichtig auf einen Servierteller stürzen und 1 Minute ruhen lassen, damit sich die Zuckermasse verteilen kann. Dann die Pfanne abheben. Der Kuchen wird noch warm serviert.

Für 6-8 Personen.

Culinaria USA

Rhabarber Nussbrot / Kuchen 1 Ei M

Rhubarb Nut Bread

Zutaten für 2 Portionen

½ Tasse Zucker, braun

½ Tasse Öl

1 Eier

1 TL Natron

1 TL Salz

1 TL Aroma Vanille

1 Tasse Buttermilch oder saure Milch

½ Tasse Mehl

½ Tasse Rhabarber, klein geschnitten

½ Tasse Nüsse, gehackt

Fett und Mehl für die Form

## Zubereitung

In einer Schüssel Zucker, Öl und Ei schaumig schlagen. In der zweiten Schüssel Natron, Salz, Vanille und Milch mischen. Erste und zweite Zutaten miteinander mischen. Mehl, Rhabarber und Nüsse dazu und gut untermischen. In zwei gebutterten und gemehlten Kastenformen oder einer Napfkuchenform bei 180-200 Grad 50-60 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

03.03.05 Kathy36

## Rührteig 1 Eiweiß M

Zutaten:

160 g Margarine

320 g Fruchtzucker

500 g Mehl

1/2 Tütchen Backpulver

400 ml Buttermilch

1 Vanilleschote

1 Eiweiß

Margarine, Fruchtzucker und Vanillemark in eine Schüssel geben und schaumig rühren. Das Mehl mit dem Backpulver abwechselnd mit der Buttermilch unter die Margarine-Creme rühren. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und vorsichtig einarbeiten.

Das ist der Rührteig, mit dem Sie nun zum Beispiel einen Topfkuchen backen können, indem Sie grob gemahlene Nüsse oder kleine Apfelstückchen macht den Kuchen saftig hinzufügen. Backzeit etwa 50 Minuten.

Apothekerin Jutta Petersen-Lehmann / Neue Apotheken Illustrierte

## Rum Kuchen 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

1 Tasse/n Zucker

½ TI Salz

1 TI Natron

2 Tasse/n Mehl

½ Tasse/n Butter

2 Eier

¼ Tasse/n Buttermilch

1 Tasse/n Bananen - Brei pürierte Banane

1 TI Vanille

2 TI Rum, am besten dunklen

Für die Sauce:

¼ Tasse/n Butter, zerlassene

0.33 Tasse/n Puderzucker

¼ Tasse/n Rum, am besten dunklen

### Zubereitung

Die Kuchenzutaten zu einem Teig vermengen, in eine gebutterte und gemehlte Form geben und bei 180°C backen, bis er eine schöne Farbe bekommen hat.

Die zerlassene Butter, den Puderzucker und den Rum zu einer Sauce verrühren und damit den ausgekühlten Kuchen überziehen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

20.05.03 Ronomu

Saftiger Apfel Buttermilch 3 Ei M

Streusel-Kuchen

4 Tassen Mehl

2 Tassen Zucker

1 Päckchen Vanille Zucker

1 Päckchen Backpulver

2 Tassen Buttermilch

3 Eier

### Zubereitung

Eier mit Zucker verrühren und Vanillezucker, Buttermilch und Mehl mit Backpulver nach und nach verrühren. Auf ein Backblech geben. Äpfel in Scheiben schneiden und auf den etwas flüssigen Teig stecken.

### Zutaten Streusel

250 g Mehl

125 g Butter  
125 g Zucker  
1 Päckchen Vanillezucker

### Zubereitung

Zusammen vermengen, und dann auf den Teig mit den Äpfeln geben. Bei 175 ° Grad Umluft 20 bis 25 Minuten backen.

## Saftiger Butter Kuchen 1 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

¼ Liter Buttermilch  
1 Würfel Hefe  
75 g Butter oder Margarine  
500 g Mehl, 1 Prise Salz  
100 g Zucker

1 Eier

### Für den Belag:

125 g Butter

1 Becher Schmand  
125 g Zucker  
150 g Mandeln, gehobelte

Für den Teig Buttermilch leicht erwärmen. Hefe darin auflösen. Fett schmelzen. Mehl, Zucker und Salz in eine Rührschüssel geben. Hefemilch ins Mehlgemisch rühren. Fett und Ei zufügen. Mit den Knethaken des Handrührgerätes zu einem glatten Teig durcharbeiten. Zugedeckt ca. 20 min. an einem warmen Ort gehen lassen.

Teig mit angefeuchteten Händen gleichmäßig auf einem gefetteten Blech verteilen. Nochmals ca. 20 min gehen lassen.

Für den Belag Butter schmelzen. Mit Schmand und Zucker verrühren. Mit den Fingern dicht an dicht kleine Vertiefungen in den Teig drücken.

Schmandguss darin verteilen. Mit Mandelblättchen bestreuen.

Kuchen im vorgeheizten Backofen Ei-Herd: 200°C/ Gasherd: Stufe 3 20-25 min Backen.

Bemerkung: anstelle von 75 g Butter nehme ich 5 El Öl, 100 g gehobelte Mandeln reichen auch.

**Brennwert p. P.: 230**

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

25.04.04 binerine



## Schneller Bienenstich 3 Ei M

Zutaten für 8 Portionen

3 Eier

2 Tasse/n Buttermilch

3.5 Tasse/n Zucker

4 Tasse/n Mehl

1 Pck. Vanillezucker

1 Pck. Backpulver

1 Prise Salz

2 Tasse/n Kokosraspel

250 g Margarine, Sahne oder andere Backmargarine

## Zubereitung

Die Eier, 2 Tassen Zucker, die Buttermilch, das Mehl, den Vanille Zucker und das Backpulver gründlich miteinander zu einer zähflüssigen Masse vermischen. Den Teig auf ein gefettetes Backblech geben. Den restlichen Zucker mit den Kokosraspeln vermischen und auf dem rohen Teig verteilen. Den Kuchen bei 200 - 220 Grad ca. 15 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Die Margarine zerlassen und noch heiß auf den gebackenen Kuchen geben.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

12.11.01 doetbi

## Schneller Buttermilch Kuchen 3 Ei M

Zutaten für 9 Portionen

350 g Mehl

1 Pck. Backpulver

200 g Zucker

250 ml Buttermilch

1 Pck. Vanillezucker

etwas Öl, für`s Blech

50 g Mandeln Blättchen

50 g Zucker

100 ml Schlagsahne

100 g Butter

### 3 Eier

#### Zubereitung

Backofen auf 180°C vorheizen Ober-/Unterhitze  
Mehl mit Backpulver mischen, Zucker, Buttermilch, Eier und Vanille Zucker hinzufügen und alles mit dem Rührbesen des Handrührers zu einem glatten Teig verarbeiten.  
Fettpfanne mit etwas Öl einfetten und den Teig darauf streichen. Mandeln und Zucker mischen und über den Teig streuen.

Backen: 180°C ca.25 Min.

Mit einer Gabel mehrmals in den fertigen Kuchen stechen; Butter und Sahne zusammen schmelzen und über den fertigen Kuchen gießen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

20.07.04 irina906

schneller Mandel Kuchen 4 Ei M

#### Tapsangels

Zutaten für 16 Portionen

4 Tasse/n Mehl

3 Tasse/n Zucker

2 Tasse/n Buttermilch

4 m.- große Ei

1 Pck. Backpulver

200 g Mandeln Blättchen

1 Tasse/n Zucker

Butter, nach Geschmack

#### Zubereitung

Alle Zutaten bis Backpulver zu einem glatten Teig verrühren und auf ein gefettetes Backblech ich nehme immer die tiefe Backpfanne streichen.  
Die Mandelblättchen mit 1 Tasse Zucker vermengen und auf dem Teig verteilen.

Im vorgeheizten Backofen 20 Min. bei 160 Grad Umluft backen. Im normalen Backofen bei 180 Grad 25 bis 30 Min.

Die Menge Butter nach Geschmack vorsichtig in der Mikrowelle auflösen und den gebackenen, noch heißen Kuchen gleichmäßig damit begießen.

Schmeckt super lecker und ist bei unseren Schulfesten immer ratzfatz weg gewesen, da er schnell gebacken ist und frisch am besten schmeckt!!!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

17.07.04 Tapsangel CK

### Schokoladen Kuchen 4 Ei M

Zutaten für 6 Portionen

200 g Mehl, für den Teig

2 TI Backpulver

30 g Kakaopulver

170 g Zucker

1 Pck. Vanille Zucker

#### 4 Eier

150 g Butter, zerlassene, lauwarme

125 ml Buttermilch

75 g Kuvertüre, halbbitter für den Guss

75 g Schlagsahne

25 g Butter

10 g Puderzucker

### Zubereitung

Alle Zutaten bis einschließlich Buttermilch zu einem Teig verarbeiten. Die Masse in eine gefettete Kastenform füllen. Bei 160° etwa 45 Minuten backen.

Die Kuvertüre in einem Wasserbad schmelzen, mit Sahne, Butter und Puderzucker verrühren und über den abgekühlten Kuchen streichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

14.05.05 Charlie64

### Schokoladen Traum 4 Ei M

glutenfrei

Zutaten für Portionen

100 g Schokolade, feine dunkle edelbitter

16 EL Mehl ODER  
12 EL Buchweizen, gemahlen  
2 EL Reis, gemahlen NT - Reis  
1 EL Amaranth, gemahlen  
1 EL Soja, gemahlen ODER  
16 EL Buchweizen, gemahlen  
1 Eier  
1 TL Backpulver  
¼ TL Meersalz  
150 g Butter, weiche oder Deli- Reformmargarine  
11 EL Rohrzucker, gemahlen / Zucker  
3 große Eier, Zimmertemperatur  
200 ml Buttermilch mit  
200 ml Likör, Eierlikör/ Rum 54 % , 50 ml fürs Backen+ 150 ml  
zum Tränken

#### Für die Creme:

200 g Butter, weiche oder Deli- Reformmargarine  
16 EL Puderzucker, gesiebt  
8 EL Kakaopulver, gesiebt  
60 ml Likör, Eierlikör/ Rum 54 %  
Butter /Margarine, für die Formen  
Mehl, für die Formen  
50 g Schokolade, feine dunkle edelbitter, gerieben, zum Garnieren

#### Zubereitung

Backen: Ofen auf 180° vorheizen. 3 Springformen 26 cm mit Butter bestreichen und mit Mehl bestäuben.

Die Schokolade schmelzen Wasserbad oder Mikrowelle. Das Mehl mit dem Backpulver und Salz zusammenmischen. Die Butter cremig schlagen, Zucker zugeben und weiterschlagen, bis die Masse luftig und schaumig ist. Eier zugeben, nach jedem Ei die Masse wieder gut verarbeiten. Die geschmolzene Schokolade zugießen und gut durchmischen. Abwechselnd die Mehlmischung und die Buttermilch einführen und 50 ml Likör / Eierlikör/Rum 54%, zugießen, die Masse noch mal gut durchmischen, sie muss schön geschmeidig sein. Die Masse in vorbereitete Formen verteilen. Jeden Boden ca. 25 Minuten backen Stichprobe. Habe alle drei auf einmal mit Umluft gebacken, mit ca. 170°C. Die Böden in der Form abkühlen lassen, dann aus der Form lösen und ganz auskühlen lassen für 30 Minuten in das Gefrierfach stellen.

**Buttercreme:** Die Butter schlagen, bis sie weich ist, mit Zucker und Kakaopulver bestreuen, Likör/ Eierlikör/Rum 54% zugießen, weiter schlagen, bis die Masse schön geschmeidig ist. Jeden gut gekühlten Boden mit 50 ml Likör/ Eierlikör/Rum 54% bepinseln. Den ersten Boden mit 150 ml Buttercreme bestreichen, den zweiten Boden obendrauflegend, den Vorgang wiederholen, den dritten Boden mit der Rest der Creme bestreichen.

Da Eierlikör/Rum 54% nicht so gut einzieht, habe ich alle drei Böden eingepinselt + dann die Böden umgedreht.  
Es ist besser, wenn man die Buttercreme in der Schüssel in etwa 4 gleich große Teile aufteilt, den 4. Teil dazu benutzt, um den Rand mit einzustreichen, sieht schöner aus. Entweder sofort mit Schokoladenspänen garniert servieren oder in den Kühlschrank stellen und eine Stunde vor der Schoko-Orgie aus dem Kühlschrank nehmen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

22.11.03 Hans60 CK

Watte Kuchen 2 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

2 Eier

1 Tasse Zucker

2 Pck. Vanillezucker

2 Tasse/n Buttermilch

4 Tasse/n Mehl, gestrichen, bis zum Tassenrand

1.5 Pck. Backpulver

2 gr. Dose/n Ananas

1 Tasse Zucker

1 Tasse Kokosraspel

1 Prise Salz

2 Becher Sahne

Zubereitung

Für den Teig Eier, Zucker, 1 Pck. Vanillezucker, Buttermilch, Mehl und Backpulver gut verrühren und auf eine Herdpfanne kein Blech geben. Die gut abgetropften Ananas darauf verteilen.

Für den Belag Zucker, Kokosraspel und restlichen Vanillezucker gut vermischen und über den Ananas verteilen. Dann bei 200 Grad ca. 30-45 Minuten backen.

Zum Schluss die ungeschlagene Sahne über dem heißen Kuchen verteilen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

06.12.05 mächchen34

Kommentar von nevi71 07.12.2005 06:30

was ist denn eine Herdpfanne ?????? Und warum kann man des Kuchen nicht in einem höheren Blech machen?

Grüße Nevi

Kommentar von mächchen34 14.12.2005 17:16

Hallo nevi/Hallo Myram,

mit Herdpfanne ist ein Blech mit ziemlich hohem Rand gemeint - weil der Kuchen durch das Backpulver ziemlich aufgeht. Bei uns war so eine "Herdpfanne" im Backofen dabei. Vielleicht wird das auch nur hier in Thüringen so genannt ???

Gruß mächchen

Wespenstich 3 Ei M

Für 12 Stück

450 g Mehl  
200 g Zucker  
1 P. Vanillezucker  
1 Prise Salz  
½ P. Backpulver  
½ TL Natron

3 Eier

375 ml Buttermilch

50 g Kokosraspeln

Füllung:

400 ml Kaffeesahne 4 % und  
1 Päckchen Paradiescreme

Eine Springform mit Backpapier auslegen. Mehl, 150 g Zucker, Vanille Zucker, Salz, Backpulver und Natron mischen. Die Eier trennen, Eigelbe und Buttermilch hinzufügen und alles mit dem Schneebesen des Handrührgerätes zu einem glatten Teig verrühren. Die Eiweiße mit 1 EL Wasser zu steifem Schnee schlagen und vorsichtig unter den Teig rühren. Den Backofen auf 180 °C vorheizen, den Teig in die Form gießen und glatt streichen. Kokosraspeln und restl. Zucker mischen und auf dem Teig verteilen, ca. 30 Min backen. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen, waagrecht durchschneiden. Die obere Kuchenhälfte in 12 Stücke teilen, einen Tortenring um unteren Boden stellen. Die Sahne mit der Paradiescreme aufschlagen, die Creme auf dem Tortenboden verteilen, die oberen Tortenstücke darauf legen und mind. 1 Stunde kühl stellen.

Zubereitungszeit: 15 min -  
Backzeit: 30 Min -  
Kühlzeit: 1 Stunde

Pro Stück: 322 kcal, 7 g Fett, 60 g KH, 19 % kcal aus Fett

## Zitronen Buttermilch Kuchen 4 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

1 Zitronen

### 4 Eier

200 g Zucker

2 Pck. Vanille Zucker

125 g Buttermilch Zitronenbuttermilch

75 g Öl

275 g Mehl

75 g Speisestärke

1 Prise Salz

2 TL Backpulver

75 g Puderzucker

## Zubereitung

Die abgeriebene Schale der Zitrone, Eier, Zucker und Vanille Zucker schaumig rühren. Buttermilch und Öl unterrühren. Mehl, Speisestärke und Backpulver vermischt unterrühren. In eine gefettete und gemehlte Kastenform füllen. Im Backofen bei 175° vorgeheizt 55 bis 65 Minuten backen.

Evtl. nach 2/3 der Backzeit mit Backpapier abdecken. Den Saft der Zitrone und Puderzucker verrühren und den etwas abgekühlten Kuchen bepinseln.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

21.07.05 Lenalu

## Zucker Kuchen 1 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

1.5 Tasse/n Zucker

1 Tasse Buttermilch oder Milch

½ Pck. Backpulver

2 Tasse/n Mehl  
1 Tasse Kokosraspel, alternativ gemahlene Nüsse oder Mandeln

1 Eier

### Zubereitung

Zucker, Flüssigkeit und Ei mit Mixer rühren.  
Mehl und Backpulver sieben und unterheben.  
Die Masse ins gefettete und mit Semmelbrösel ausgestiebte Blech hineingeben und die Kokosraspel oben darüber streuen.  
Bei 180C° Umluft ca. 15 - 20 Min. backen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten  
02.01.06 zarterPfirsich

### Zucker Kuchen 2 Ei M

Zutaten:

2 Eier

2 Tassen Zucker

2 Tassen Buttermilch

4 Tassen Mehl

1 Päck. Backpulver

### Belag:

2 Tassen Kokosraspeln

1/2 Tasse Zucker

200 g Butter

### Zubereitung:

Eier und Zucker schaumig rühren, alle anderen Zutaten nach und nach dazugeben. Rührteig sehr flüssig! auf ein Blech gießen. Darüber die erste Tasse Kokosraspeln streuen. Die zweite Tasse Kokosraspeln mit 1/2 Tasse Zucker vermischen und über die erste Tasse Kokosraspeln verteilen. Im vorgewärmten Ofen **15-20 Minuten backen**.

200 g Butter zerlaufen lassen und löffelweise über den heißen Kuchen geben.



## Zwetschgen Hefekuchen M

Zutaten für eine Pfanne 24 cm Ø

8 g fr. Hefe in  
70 g Zw. Buttermilch auflösen.  
30 g weiche Butter mit  
30 - 40 g Honig o. Zuckerrohrgranulat schaumig rühren +  
1 Pr. Meersalz mit  
120 g Weizenvollmehl + Hefemilch +  
30 - 40 g gem Haselnüsse zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten  
Den Teig an einem warmen Ort ca 30 min gehen lassen  
1 - 1 ½ Vollkornzwiebacke fein reiben.  
600 g entsteinte + halbierte Zwetschgen  
Butter für die Pfanne

Pfanne einfetten.

Den aufgegangenen Teig kurz durchkneten, in der Pfanne verteilen, gut andrücken + einen Rand bilden.

Den Teig mit dem Zwiebackmehl bestreuen + mit Zwetschgen belegen.

♥ Den Kuchen zugedeckt auf Stufe 1 ½ in etwa 30 -40 min von unten braun backen.

In der Pfanne etwas abkühlen lassen + heraus nehmen

### Variante

Man kann den Teig auch mit etwa 500 g Apfelschnitzen belegen. Man benötigt dann kein Zwiebackmehl. Dieser Kuchen wird 30 min gebacken.

Bei 12 Stückchen etwa 515 kj / 125 kcal

Pro Stück etwa , 2 g E., 5 g F., 18 g K., 5 g Ballaststoffe

Vorbereitungszeit einschließlich Ruhezeiten : 40 min

Backzeit: etwa 30-40 min

## Kuchen Vollkorn

### Apfel Napfkuchen M

### Dinkelvollkornmehl

Zutaten :

500 g Dinkelvollkornmehl

250 ml Orangensaft; oder - **Buttermilch**  
1/2 Würfel Hefe  
100 g Butter  
100 g Wildblütenhonig  
1 Tl. Vanillepulver  
1/2 Tl. Meersalz  
150 g Äpfel; kleingewürfelt  
50 g Walnüsse oder Mandeln gehackt  
Fett; für die Form

### Zubereitung :

Mehl in eine Schüssel geben, Hefe darin zerbröseln, die nicht zu kalte Flüssigkeit zugeben, kurze Zeit stehen lassen und dann zu einem geschmeidigen Hefeteig verarbeiten. Die anderen Zutaten unterheben. An einem warmen Ort zugedeckt stehen lassen.

Nach einer Stunde den Teig nochmals durcharbeiten und in eine gefettete Napfkuchenform geben. Nochmals kurz gehen lassen.

**Im vorgeheizten Backofen bei Mittelhitze ca. 40 bis 50 Minuten backen.**

Auf einem Gitter auskühlen lassen.

### **Buttermilch Apfel Kuchen vom Blech** 3 Ei M

Zutaten für 1 Portionen

#### **3 Eier**

200 g Zucker, braun  
1 Pck. Vanillezucker

#### **300 ml Buttermilch**

350 g Mehl Vollkornmehl, Dinkel oder Weizen  
1 Pck. Backpulver  
4 Äpfel  
2 El Zucker  
2 Tl Zimt

Eier schaumig rühren und Zucker, Vanillezucker dazu geben. Weiter rühren und die Buttermilch dazu geben. Mehl und Backpulver mischen und vorsichtig unterrühren bis ein glatter Teig entstanden ist. Ein tiefes Backblech fetten evtl. Backpapier benutzen und den Teig darauf streichen. Die Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in dünne Spalten schneiden. Auf dem Teig verteilen. Zimt und Zucker mischen und darüber streuen. Backzeit: Heißluft 50 Min. 160°C, E-Herd 50 Min. 180°C, Gas 50 Min. Stufe 3 Heißluft, nicht E-Herd, auf 180°C vorheizen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.05.05 wussi

## Irishes Natronbrot M

Zutaten für 1 Portionen  
250 g Mehl Auszugsmehl  
250 g Mehl Weizenvollkornmehl  
1 TL Natron  
1 TL Salz  
30 g Butter

300 ml Buttermilch

## Zubereitung

Salz, Natron und Mehl in eine große Schüssel sieben. Die Butterflöckchen auf dem Mehl verteilen und eine Mulde in das Mehl drücken und die Buttermilch hineingießen. Mit einem Holzlöffel die Zutaten zu einem weichen Teig verrühren. Auf eine bemehlten Arbeitsfläche geben und kneten, bis er glatt und elastisch ist.

Nun eine runden Laib von 15 cm Durchmesser und einer Dicke von 5 cm formen. Mit Mehl bestäuben und kreuzweise 2 cm tief einschneiden. Das Brot etwa 35 Minuten backen, bis es hohl kling, wenn man gegen seine Unterseite klopft.

Backtemperatur : 200° C  
Backzeit : ca. 35 Minuten

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
14.05.02 Moermel

## Nuss Kuchen , kerniger 3 Ei M

Für 14 Stücke Teig:

3 Eier  
50 g Schneekoppe Fruchtzucker  
1 TL Schneekoppe. flüssige Süßkraft

150 ml Buttermilch

1 TL abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Orange  
100 g Weizenmehl  
125 g feines Weizenvollkornmehl

3 TL Backpulver  
60 g gemahlene Haselnüsse  
Fett für die Form

### Belag:

je 50 g Haselnuss- und Walnuskerne und Pecannüsse  
100 g Butter oder Diätmargarine  
2 EL-frisch gepresster Orangensaft  
70 g Schneekoppe Diät-Sirup  
1/2 TL Schneekoppe flüssige Süßkraft

Zubereitungszeit 45 Minuten

1. Eine Springform 30 Zentimeter Durchmesser einfetten. Den Backofen auf 200 ° Umluft 175 °C, Gas Stufe 3 vorheizen. In einer großen Schüssel Eier, Fruchtzucker, flüssige Süßkraft, Buttermilch und Orangenschale verquirlen.
2. Beide Mehlsorten, Backpulver und Haselnüsse unterrühren. In die Form füllen und glatt streichen. Im Backofen etwa 15 Minuten backen.
3. Nüsse klein hacken. Fett, Orangensaft, Diät-Sirup, flüssige Süßkraft und Nüsse unter Rühren aufkochen und abkühlen lassen. Den Belag auf den Boden streichen. Weitere 10 bis 15 Minuten backen. In der Form kurz abkühlen lassen. Vom Rand lösen. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

### Pro Stück

1078/258 kJ/kcal  
6 g Eiweiß  
16 g Fett  
21 g Kohlenhydrate  
2 g Ballaststoffe  
2 BE

Wenn Sie kein Backpapier verwenden, sollte die Backform eingefettet werden. Die Form nach dem Einfetten kurz kalt stellen, dann können Sie erkennen, ob auch wirklich alle Ecken eingefettet sind.

Vollkorn Buttermilch Apfel Kuchen 3 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

1 kg Mehl Weizenvollkornmehl

1 Liter Buttermilch

### 3 Eier

1 Prise Salz  
Aroma  
2 Tüte/n Backpulver  
200 g Haselnüsse, gehackt  
200 g Rosinen  
200 g Zucker, brauner  
10 Äpfel  
6 El Sesam zum Bestreuen

Alle Zutaten miteinander verrühren und zum Schluss werden die Apfelstücke untergehoben. Äpfel werden geschält, vom Kernhaus befreit und in größere Stücke geschnitten ca. 2-3 cm.

Auf ein großes, gefettetes Backblech geben, am besten mit erhöhtem Rand.

Mit Sesam oder Haferflocken bestreuen und dann bei 180 Grad im Ofen ca. 50 Min. backen.

Lecker und fast ohne Fett.

Für eine Springform würde ich die Zutatenmengen halbieren.  
Bei Mittelhitze ca. 50 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.  
08.05.02 Kessichen

### Zwetschgen Hefe Kuchen M

Bei 12 Stückchen etwa 515 kJ / 125 kcal

Pro Stück etwa , 2 g E., 5 g F., 18g K., 5 g Ballaststoffe

Vorbereitungszeit einschließlich Ruhezeiten : 40 min

Backzeit: etwa 30-40 min

Zutaten für eine Pfanne 24 cm Ø

8 g fr. Hefe in

70 g Zw. Buttermilch auflösen.

30 g weiche Butter mit

30 - 40 g Honig o. Zuckerrohrgranulat schaumig rühren +

1 Pr. Meersalz mit

120 g Weizenvollmehl + Hefemilch +

30 - 40 g gem Haselnüsse zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten

Den Teig an einem warmen Ort ca 30 min gehen lassen

1 - 1 ½ Vollkornzwiebacke fein reiben.

600 g entsteinte + halbierte Zwetschgen

Butter für die Pfanne

Pfanne einfetten.

Den aufgegangenen Teig kurz durchkneten, in der Pfanne verteilen, gut andrücken + einen Rand bilden.

Den Teig mit dem Zwiebackmehl bestreuen + mit Zwetschgen belegen.

♥ Den Kuchen zugedeckt auf Stufe 1 ½ in etwa 30 -40 min von unten braun backen.

In der Pfanne etwas abkühlen lassen + heraus nehmen

### Variante

Man kann den Teig auch mit etwa 500 g Apfelschnitzen belegen. Man benötigt dann kein Zwiebackmehl. Dieser Kuchen wird 30 min gebacken.

## Muffeins

Bananen Schoko Muffins 1 Ei M

Glutenfrei

200 g Mehl ODER

100 g Kartoffelmehl + 100 g Nüsse ODER

70 g Buchweizenmehl +

30 g Amaranth +

100 g Nüsse / Mandeln gem

½ Pkg. Backpulver ,/ 1 Tüte Weinstein dann

½ Tl. Natron weglassen

1/4 Tl. Zimt

3 El. Kakao

1 Ei trennen , Eiweiß mit Prise Salz steifschlagen

ca 130 -180 g Vollrohrzucker

100 ml Öl / Olivenöl

1/8 l Buttermilch / Kefir

3 Bananen

Das Eigelb mit Buttermilch, Zucker und Öl aufschlagen. Die Bananen zerdrücken, pürieren und unterrühren. Dann das mit Backpulver, Natron, Zimt und Kakao vermischte Mehl untermengen. Steifgeschlagenes Eiweiß

vorsichtig unter ziehen. Den Teig in die gefettete Formen/ Blech füllen und bei 165 ° Heißluft ca. 30 Minuten backen. nicht vorgeheizt  
Oder im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen. bei ca 180 ° C

Ergibt ca 24 St

Andrea 27.1.04 CK  
Textlich etwas geändert Hans60  
04.02.2004

### Bananen Schoko Muffins. 1 Ei M

Sie sind auch noch nach Tagen schön saftig. Hier

200 g Mehl  
½ Pkg. Backpulver  
½ Tl. Natron  
1/4 Tl. Zimt  
3 El. Kakao

#### 1 Ei

180 g brauner Zucker  
100 ml Öl

#### 1/8 l Buttermilch

3 Bananen

Das Ei mit Buttermilch, Zucker und Öl aufschlagen. Die Bananen zerdrücken und unterrühren. Dann das mit Backpulver, Natron, Zimt und Kakao vermischte Mehl untermengen. Den Teig in die Formen füllen und bei 180 ° Heißluft ca. 20 Minuten backen.

Liebe Grüße, Andrea

### Blaubeeren Muffins 1 Ei M

130 g Heidelbeeren  
250 g Weizenmehl  
130 g Zucker  
3 Tl Backpulver  
1/2 Tl Salz

#### 1 Ei

1 Tl abgerieben Orangenschale  
60 g zerlassene Butter

1/4 l Milch  
oder Milch und Buttermilch zu gleichen Teilen

Backofen auf 190 Grad Gas 3 vorheizen.

Beeren mit 30 g Mehl bestäuben.

Aus den restl. Zutaten einen Rührteig bereiten, Beeren dazugeben.  
12 Formen eines Muffinblech zu jeweils 2/3 füllen.

20-25 Minuten backen. 5 Minuten abkühlen lassen, aus den Formen nehmen.

Brownie Muffins 1 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

260 g Mehl

2 EI Kakaopulver

60 g Walnüsse, gehackte od. Mandeln

40 g Schokoladenraspel

2 TI Backpulver

½ TI Natron

1 Eier

60 g Zucker

80 ml Öl

125 ml Milch Schokomilch

180 ml Buttermilch

Zutaten 1 bis 6 mischen. In einer zweiten Schüssel das Ei leicht verquirlen. Zucker, Öl, Schokomilch und Buttermilch zugeben und gut verrühren. Die Mehlmischung zur Eimischung geben und nur so lange umrühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind. Sofort in die Förmchen füllen und bei ca. 180 Grad 20 bis 25 Minuten backen!

Wer es süßer mag, sollte die doppelte Menge Zucker nehmen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

02.06.04 sanchodavis



## Cayenne Maisbrot Muffins 1 Ei M

250 g gelbes Maismehl  
250 g Mehl  
60 g brauner Zucker  
2 1/2 TL Backpulver  
3/4 TL Salz  
1/2 TL Backpulver  
1/2 TL Cayenne

### 310 ml Buttermilch

-Zimmertemperatur; evtl. m  
100 g Butter; geschmolzen und -abgekühlt

1 Ei

250 g geriebener Käse; Cheddar

Ofen auf 220 ° C vorheizen. Muffinform fetten oder mit Papierförmchen auslegen. Trockene Zutaten in einer großen Schüssel mischen. In einer kleinen Schüssel Eier, Butter und Buttermilch verrühren. Zu den trockenen Zutaten geben. Geriebenen Käse unterziehen. Wenn nötig, noch Buttermilch zufügen. Der Teig sollte gerade noch flüssig genug zum Gießen sein. Teig in die Muffinförmchen gießen. Ca. 20 Minuten backen. 10 Minuten auskühlen lassen, dann warm servieren.

## Cornflakes Muffins 1 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

100 g Cornflakes  
150 g Mehl  
2 TL Backpulver  
1/2 TL Natron  
abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone  
80 g Rosinen

1 Ei

130 g Zucker, weiß / Vollrohr  
1 P. Vanillezucker  
125 g Halbfettmargarine  
2 EL Zitronensaft

### 280 ml Buttermilch

12 Papierbackförmchen

Backofen auf 180° Umluft 160° vorheizen. Papierförmchen in die Vertiefungen eines Muffinblech einsetzen.

Cornflakes in eine Plastiktüte geben und verschließen Vorsicht, ohne Lufttaschen. Nun mit einem Nudelholz über die Flakes rollen, bis diese zerkleinert sind. Flakes- Krümel mit Mehl, Backpulver, Natron, Zitronenschale und den Rosinen sorgfältig vermischen.

Das Ei in einer zweiten Schüssel leicht verquirlen. Den Zucker, Vanillezucker, Halbfettmargarine, den Zitronensaft und die Buttermilch hinzufügen und gut verrühren.

Die Mehlmischung zum Eigemisch geben und nur so lange rühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind.

Den Teig in die Blechvertiefungen einfüllen. Auf mittlerer Schiene ca. 20-25 Minuten backen. Die Muffins noch 10 Minuten im Blech ruhen lassen und dann aus den Förmchen nehmen.

Noch warm servieren.

### Nährwerte pro Portion

190,03 kcal, 4,95g Fett, 23,44 Fett %

### Dattel Nuss Joghurt Muffins 1 Ei M

vom 25.03.04 - 03:53

isis2179

120 g Vollkornmehl  
140 g Mehl Type 405  
2 TL Backpulver  
1/2 TL Natron  
60 g gehackte Pecan- oder Walnüsse  
120 g zerkleinerte Datteln

### 1 Ei

90 g brauner Zucker Rohrzucker  
80 ml Pflanzenöl  
1 TL Vanillezucker

250 g Joghurt

160 g Buttermilch

Backofen vorheizen, Form fetten oder mit Papierförmchen bestücken.

Das Ei leicht verquirlen. Dann Zucker, Öl, Vanillezucker, Joghurt und Buttermilch zugeben und gut verrühren. Beide Mehlsorten, Backpulver, Natron, Nüsse und Datteln mischen und zum Teig geben. Nur so lange unterrühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind.

Den Teig einfüllen, eventuell mit je einer Nusshälfte verzieren und bei 180°C 20 bis 25 Minuten backen. Mindestens fünf Minuten in der Form auskühlen lassen

### Fruchtige Herbst Muffeins 1 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

100 g Zucker, braun

1 Pck. Vanillezucker

1 Prise Salz

#### 1 Eier

60 ml Öl Sonnenblumenöl

2 EL Birnengeist

200 ml Buttermilch

220 g Mehl

3 TL Backpulver

50 g Haselnüsse, gemahlen

200 g Birnen, Dose

Puderzucker, zum Bestreuen

### Zubereitung

Zucker, Vanillezucker, Salz und Ei schaumig rühren. Öl, Birnengeist und Buttermilch unterrühren. Mehl, Backpulver und Haselnüsse mischen und kurz unterrühren. Birnen gut abtropfen lassen, in kleine Würfel schneiden und unterheben.

Ein Muffinsblech fetten und die Mulden zu 2/3 mit Teig füllen. Im vorgeheizten Backofen Minuten backen.

Die Muffins mit Puderzucker bestäuben.

Backen: Umluftherd: 20 Minuten bei 180 Grad, Elektroherd: 25 Minuten bei 200 Grad

14.3.04 Chrissy79

CK

### Glitzer Schoko Muffins mit M

#### Baileys und Krokant

Zutaten für 17 Portionen

280 g Mehl Type 405

2.5 TL Backpulver

½ TL Natron

1 TL Zimt

3.5 EL Kakaopulver  
130 g Zucker, braun  
1 Pck. Vanillezucker Vanille- Bourbon- Zucker  
125 g Butter, weich

300 g Buttermilch

6 EL Haselnüsse Haselnuss-Krokant  
Baileys Irish Cream  
Für die Dekoration: Glitzerdekor orange

### Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. In die Vertiefungen eines Muffinblechs Papierförmchen hineinsetzen.

Das Mehl in eine Schüssel geben und mit Backpulver, Natron, Zimt und Kakao sorgfältig vermischen. Das Ei in einer anderen Schüssel leicht verquirlen. Dann den Zucker, den Vanille-Bourbon-Zucker, das Öl oder die Butter und die Buttermilch hinzufügen und gut verrühren.

Die Mehlmischung zum Eigemisch geben und nur so lange rühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind. Haselnuss-Krokant und Baileys hinzufügen und kurz unterrühren.

Den Teig in die Papierförmchen hineinfüllen. Nur bis maximal 3/4 Teig pro Mulde, da der Teig sehr aufgeht. Im Backofen Mitte, Umluft 160°C 20 - 25 Minuten backen.

Die Muffins im Backblech noch 10 Minuten ruhen lassen, dann aus den Förmchen nehmen und mit der Glitzerdekor bestreuen. Die Muffins schmecken warm und kalt.

15.5.02 Manu CK

### Johannisbeer Muffins 2 Ei M

100 g Butter: weich  
175 g Zucker

### 2 Eier

1 TI Bourbon- Vanille, gemahlen- kann weggelassen werden  
1 Prise Salz  
250 g Mehl  
2 TI Backpulver

150 g Buttermilch

225 g Johannisbeeren oder- Heidelbeeren. TK- Obst evtl. antauen lassen,  
sonst verlängerte Backdauer  
Butter für die Form  
Puderzucker zum Bestreuen

Backofen auf 200°C vorheizen. Das Muffin- Blech gründlich fetten. Die Butter in eine Schüssel geben, den Zucker zufügen und alles mit dem Handrührer cremig schlagen. Nach und nach Eier, Vanille und Salz unterschlagen. Das Mehl mit dem Backpulver sieben, abwechselnd mit der Buttermilch unter die Buttermasse rühren. Die Johannisbeeren unter den Teig heben. Den Teig in die vorbereitete Form füllen. Im Backofen bei 200°C auf der unteren Schiene etwa 35-45 Minuten backen. Aus der Form stürzen, umdrehen und auf einem Gitterrost abkühlen lassen. Mit Puderzucker bestreut servieren.

### Kokos Muffins 3 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

250 g Mehl  
50 g Kokosraspel  
½ TI Zimt  
½ TI Natron  
½ Pck. Backpulver

3 Eier, getrennt

125 g Zucker  
75 ml Öl

300 ml Buttermilch

### Zubereitung

Mehl mit Kokosflocken, Zimt und Backpulver mischen.  
In einer zweiten Schüssel Eigelb mit Zucker cremig aufschlagen, dann Öl und Buttermilch unterrühren. Die Mehlmischung zugeben und kurz einrühren. Das Eiweiß steif schlagen und unterheben.  
In die Förmchen füllen und bei 180°C ca. 20-25 min backen.

Sind sehr saftig, werden aber auch recht groß!!!! Wenn sie nicht in der Form, sondern nur in Papierförmchen gebacken werden, bitte mit mehr als 12 Muffins rechnen!!

Brennwert p. P.: 230

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten  
25.08.05 alina1st

## Kräuter Muffins 2 Ei + 1 Eiweiß M

Öl z. Fetten d. Form

500 g Weizenvollkornmehl ODER Ungebleichtes Weizenmehl

1 EI Backpulver

1 TI Natron

1/2 TI Kräutersalz

2 TI Oregano, getr.

2 TI Thymian, getr.

2 TI Basilikum, getr.

2 Eier

1 Eiweiß

250 ml Fettarme Buttermilch

2 EI Distelöl

1 EI Heller Honig

65 g Parmesan, gerieben

1. Ofen auf 200 ° C vorheizen. Muffins Formen mit Öl ausfetten.
2. In einer großen Schüssel werden Mehl, Backpulver, Natron, Kräutersalz, Oregano, Thymian und Basilikum vermengen.
3. In einer anderen Schüssel werden Eier, Eiweiß, Buttermilch, Distelöl, Honig und Parmesan vermischt. Dann zu der Mischung aus den Trockenzutaten gegeben kurz verrührt und löffelweise in die Muffinsformen 2/3 füllen gegeben.
4. 25 Min. backen. In der Form kurz abkühlen lassen, und aus der Form nehmen.

:Pro Person ca. : 119.3 kcal

:Pro Person ca. : 500 kJoule

:Eiweiß :5 Gramm

:Fett: 4.2 Gramm

:Kohlenhydrate : 16.9 Gramm

:Zubereitung : ca. 35 Min.

:Garzeit : ca. 25 Min.

:Sonstiges: 38mg Cholesterin

## Mais Muffeins Mexikanische 1 Ei M

1/2 Bund Petersilie  
1 Rote Paprikaschote

1 Ei

50 g Butter

250 ml Buttermilch

100 g Mehl  
175 g Maismehl  
2 TI Backpulver  
1/2 TI Salz  
100 g Maiskörner Dose

Muffinblech  
Muffeinpapierförmchen

Heize den Backofen auf 200 Grad vor, und setze die Papierförmchen in die vorgesehenen Öffnungen des Muffinblech. Brause die Petersilie unter fließend kaltem Wasser ab und schüttele sie, bis sie trocken ist. Zupfe die Blättchen vom Stängel, und hacke sie fein. Halbiere die Paprikaschote, entferne Stielansatz, Kerne und die weiße Haut. Brause die Schote ab, und schneide sie erst in Streifen, dann in kleine Würfel. Schlage in einer Schüssel das Ei und die kleingeschnittene Butter mit dem Schneebesen schaumig. Rühre dann nach und nach die Buttermilch ein. Gib Mehl, Maismehl, Backpulver, Salz, Petersilie, Paprika und abgetropfte Maiskörner zum Eischaum. Verrühre alles zu einem Teig. Fülle die Papierförmchen zu jeweils 2/3 mit Teig. Schiebe das Blech in den Ofen . Backe die Muffins 15-20 Min.

## Mandarinen Muffins 1 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

275 g Mehl  
2 TI Backpulver  
etwas Natron  
2 TI Orangen - Schale, abgeriebene, unbehandelt  
5 Mandarinen  
150 g Zucker

1 Eier

100 ml Öl

250 ml Buttermilch

Den Backofen auf 175°C vorheizen und das Muffinblech mit Papierförmchen auslegen. Mehl, Backpulver, Natron und Orangenschale vermischen. In einer zweiten Schüssel Ei, Öl und Buttermilch verquirlen und unter das Mehlgemisch rühren.

Mandarinen schälen, klein schneiden und unter den Teig heben. Den Teig gleichmäßig auf die Förmchen verteilen.

Im Backofen ca. 20-25 Minuten goldgelb backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

13.09.05 Bezwinger

## Muffins After Eight 1 Ei M

Zutaten für den Teig:

200 g After-Eight-Täfelchen

250 g Mehl

2 1/2 TL Backpulver

1/2 TL Natron Supermarkt oder Apotheke, sorgt dafür das der Teig schön locker wird!

### 1 Ei

90 g Zucker

125 g Halbfettmargarine

250 g Buttermilch

### Zutaten für die Glasur:

150 g Puderzucker

2-3 EL Wasser

2-3 Tropfen Pfefferminzöl Apotheke

Schokostreusel

### Zubereitung

Backofen auf 180 ° Umluft 160° vorheizen.

Die After-Eight-Täfelchen in kleine Stückchen schneiden evtl. im Mixer zerkleinern und dann mit dem Mehl, Backpulver und Natron sorgfältig mischen.

In einer zweiten Schüssel das Ei leicht verquirlen. Zucker, Halbfettmargarine und Buttermilch hinzufügen und gründlich verrühren. Die Schoko-Mehlmischung zum Eigemisch geben und nur so lange rühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind.



Teig in Papierförmchen bzw. Muffinblech geben. Auf mittlerer Schiene ca. 20-25 Minuten backen. Etwas abkühlen lassen.

Aus Puderzucker mit Wasser und dem Pfefferminzöl eine glatte Masse rühren. Obere Hälfte der Muffins in die Glasur tauchen, abtropfen lassen und mit Schokostreuseln garnieren.

### Nährwerte pro Portion

210 kcal, 5g Fett, 21,43 Fett %

### Muffins Rotwein 2 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

250 g Mehl

2 TL Backpulver

1/2 TL Natron dadurch wird der Teig schön locker

1 TL Zimt

3 EL Kakaopulver, schwach entölt entspr. ca. 25 g

100 g Blockschokolade, grob geraspelt

### 2 Eier

150 g Zucker

1 Pk. Vanillezucker

150 g Halbfettmargarine

1 EL Rum entspr. 15 ml

125 ml Rotwein

150 ml Buttermilch

### Für die Glasur:

150 g Puderzucker

2 EL Rotwein

### Muffins Schoko Kokos 1 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

Zutaten für den Teig:

280 g Mehl

2 1/2 TL Backpulver

1/2 TL Natron Supermarkt oder Apotheke, sorgt dafür das der Teig schön locker wird!

1/2 TL Zimt

3 EL Kakaopulver

## 1 Ei

130 g Zucker  
1 P. Vanillezucker  
80 ml neutrales Öl

250 g Buttermilch

## Zutaten für die Füllung:

12 Kokos-Konfekt-Kugeln z.B. Raffaello

## Zubereitung

Backofen auf 180 ° Umluft 160 ° vorheizen.

Das Mehl in eine Schüssel geben und mit Backpulver, Natron, Zimt und Kakao sorgfältig mischen. In einer zweiten Schüssel das Ei leicht verquirlen. Dann den Zucker, den Vanillezucker, das Öl und die Buttermilch hinzufügen und gut verquirlen. Die Mehlmischung zum Eigemisch geben und nur so lange rühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind.

Zuerst nur ein wenig Teig in die Papierförmchen/Muffinblech geben. Dann jeweils eine Kokos-Kugel darauf geben und mit Teig auffüllen, bis sie ganz bedeckt ist.

Auf mittlerer Schiene ca. 20 - 25 Minuten backen. Etwas auskühlen lassen.

Man kann als Füllung auch Ferrero Rocher nehmen!

## Müsli Muffeins 2 Ei M

Diabetiker

Für 12 Stück

Für den Rührteig:

## 2 Eier

120 ml Rapsöl

200 ml Buttermilch

2 TL flüssiger Süßstoff

50 g Zucker

200 g Weizenvollkornmehl

150 g Müslimischung mit Rosinen und Nüssen, ohne Zuckerzusatz

1 TL Backpulver

1 TL Natron

12 Papier Backförmchen

### Für den Belag:

50 g gehackte Mandeln  
50 g grobe Haferflocken  
3 EL Rapsöl  
2 TL Zucker  
½ TL flüssiger Süßstoff  
1 TL Zimtpulver

Den Backofen auf 200° C Umluft 170° C, Gas Stufe 3 vorheizen. In die Vertiefungen eines Muffeinblechs 12 Vertiefungen Papier Backförmchen setzen.

Die Eier mit dem Öl, der Buttermilch sowie mit Süßstoff und Zucker in eine Schüssel geben und alles miteinander verrühren.

Das Mehl mit der Müslimischung, dem Backpulver sowie dem Natron mischen und unter die Eier-Öl-Mischung rühren, sodass ein glatter Teig entsteht. Den Teig gleichmäßig auf die 12 Förmchen verteilen, sodass sie jeweils zu  $\frac{3}{4}$  gefüllt sind.

Für den Belag die Mandeln und Haferflocken mit Öl, Zucker, Süßstoff und Zimt gut verrühren. Je 1 Esslöffel der Haferflocken-Mischung auf den Muffeinteig geben und etwas andrücken.

Die Muffeins im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten backen, etwa 5 Minuten im Blech auskühlen lassen, dann herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Tipp: Verwenden Sie bei diesem Muffeinsrezept auf jeden Fall Papierback Förmchen, da die Muffeins sonst beim Herauslösen leicht auseinander brechen!

### Orangen Dattel Muffins 1 Ei M

150 g Vollweizenmehl  
150 g Weizenmehl Type 405  
2 TI Backpulver  
1 TI Natron  
1/2 TI ; Salz

1 Ei

100 g brauner Zucker

150 ml Buttermilch

60 g Butter; zerlassen und abgekühlt  
60 ml Orangensaft

1 Orange  
90 g Datteln ohne Kern; gehackt

### ZUM Bestreuen

1 Ei ; Zucker  
1/2 TL gemahlener Zimt

### Außerdem

Muffin- Förmchen von 7 ½ cm Durchmesser

Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Die Muffin- Förmchen mit Butter bestreichen oder mit Backpapier oder passenden Papierförmchen auslegen. Mehl, Backpulver, Natron und Salz in eine große Schüssel sieben. In einer zweiten Schüssel das Ei und den braunen Zucker mit einem elektrischen Handrührgerät aufschlagen. Buttermilch, zerlassene Butter und Orangensaft unterrühren.

Die Orangenschale abreiben, dabei nicht die weiße Haut unter der Schale mitreiben, sie schmeckt bitter. Die Orange schälen, in die einzelnen Segmente zerteilen und alle Häute entfernen, das Fruchtfleisch in 6 mm große Stücke schneiden. Zusammen mit den Datteln in die Eier-Zucker-Mischung geben.

Die flüssigen Zutaten schnell unter die Mehlmischung rühren, dabei darauf achten, dass sich keine Klümpchen bilden. Den Teig in die vorbereiteten Muffin- Förmchen füllen, dabei das obere Viertel der Förmchen frei lassen.

Zucker und Zimt vermischen und die Muffins gleichmäßig damit bestreuen. Die Muffins 15 Minuten backen. Zur Garprobe mit einem Zahnstocher hineinstecken; bleibt kein Teig daran kleben, kann man sie aus dem Ofen nehmen.

### Pfirsich Muffins 1 Ei M

Zutaten für 12 Portionen  
200 g Pfirsiche, Spalten, aus der Dose  
250 g Mehl  
2.5 TL Backpulver  
½ TL Natron  
1 Prise Salz  
125 g Margarine Halbfett

### 1 Eier

65 g Süßstoff, streufähig

250 ml Buttermilch

1 TI Aroma Vanille

Fett für die Form

### Zubereitung

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Muffinblech einfetten. Die Pfirsichspalten abtropfen lassen. In feine Würfel schneiden. Mehl, Backpulver, Natron, Salz und Pfirsichwürfel mischen. Die Margarine schmelzen lassen. Das Ei verquirlen, mit Margarine, Süßstoff, Buttermilch, Vanillearoma und Mehlmischung verrühren, bis die Zutaten feucht sind. Auf mittlere Einschubleiste 20-25 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

29.11.05 cesty55

Weizenkleie Muffins 2 Ei M

Für 18 Stück -

Zubereitungszeit: 15 Min -

Backzeit: 25 Min

Pro Stück: ca. 152 kcal, ca. 1,8 g Fett = 10,4 % - 22 g KH

Zutaten:

50 g Zucker

2 TL Backpulver

1 Pr. Salz

2 Eier

240 ml Zitronen-Buttermilch

140 g Joghurt

120 g Akazienhonig

130 g Apfelkraut

170 g Vollkornmehl

250 g Weizenkleie

150 g Rosinen

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Das Muffinblech mit Papierförmchen füllen.

Zucker, Backpulver, Salz, Eier, Buttermilch und Joghurt gut miteinander verrühren bis sich der Zucker aufgelöst hat, dann den Honig und das Ap-

felkraut unterrühren. Das Mehl und die Weizenkleie einrühren und zum Schluss die Rosinen unterheben.

Den Teig gleichmäßig in die Muffinförmchen verteilen und auf der mittleren Schiene 25 Minuten backen.

## Torten

### Ananas Schokoladen Torte 4 Ei M

Für 10 Stücke Biskuitteig:

#### 4 Eier, getrennt

80 g Schneekoppe Fruchtzucker  
1 Prise Schneekoppe Meersalz mit Jod und Fluor  
70 g feines Weizenvollkornmehl  
20 g Speisestärke,  
15 g Kakao  
1 Messerspitze Backpulver

#### Ananascreme:

7 Blatt Gelatine,  
2 EL Zitronensaft  
1 Dose Ananas,

#### 500 g Buttermilch

30 g Schneekoppe Exotik-Konfitüre  
30 g Schneekoppe Mocca-Creme-Schokolade, grob geraspelt  
1/2 TL Schneekoppe flüssige Süßkraft  
1 TL abgeriebene Zitronenschale

Zubereitungszeit 90 Minuten

Kühlzeit 3 Stunden

1. Eine Springform 20 Zentimeter Durchmesser mit Backpapier auslegen. Backofen auf 200 °C Umluft 175 °C, Gas Stufe 3 vorheizen. Eigelbe, 4 Esslöffel heißes Wasser und 50 Gramm Fruchtzucker schaumig schlagen. Eiweiß mit Salz und dem restlichen Zucker steif schlagen, auf die Eigelbcreme geben.

2. Die übrigen Teigzutaten mischen, auf das Eiweiß sieben. Locker unterheben, in die Form füllen, glatt streichen. 25 bis 30 Minuten backen. In

der Form auskühlen lassen, zweimal waagrecht durchschneiden, Den Formrand um den unteren Boden legen.

3. Gelatine einweichen. Zitronensaft und 50 Milliliter Ananassaft erhitzen. Gelatine ausdrücken, darin auflösen. Buttermilch und Konfitüre einrühren. Ananas klein schneiden und bis auf 2 Esslöffel unter die Creme rühren. Schokolade bis auf 1 Esslöffel unter die Creme rühren. Mit Süßkraft und Zitronenschale abschmecken, kalt stellen. Wenn die Creme zu gelieren beginnt, jeden Boden mit einem Drittel bestreichen, Böden aufeinander setzen. Mindestens 3 Stunden kühlen. Mit den übrigen Ananasstücken und Schokoladenraspeln garnieren.

#### Pro Stück

690/165 kJ/kcal

8 g Eiweiß

4 g Fett

22 g Kohlenhydrate

1 g Ballaststoffe

2 BE

Wer keine Kalorien scheut, der verziert den Tortenrand mit einer Extraportion Schlagsahne und etwas mehr Schokolade. Zum Verzieren 150 Gramm Sahne steif schlagen. Kaufen Sie für die Torte Ananas im eigenen Saft, ohne Zuckerzusatz und mit 255 Gramm Abtropfgewicht.

#### Bananen Torte mit Buttermilchcreme 4 Ei M

Zutaten für Portionen

150 g Butter

150 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker

#### 4 Eier

100 g Mehl

100 g Nüsse, gemahlen

2 TI Backpulver

6 Blatt Gelatine

500 ml Buttermilch Bananen-Buttermilch

3 Bananen

400 ml Sahne

1 Pck. Vanillezucker

50 g Schokoladenraspel

100 ml Sahne

1 Bananen

2 Ei Schokoladenraspel

### Zubereitung

Den Backofen auf 175° Umluft 160° vorheizen.

Teig: Butter, Zucker und Vanille Zucker cremig rühren. Die Eier einzeln unterrühren. Weiterrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Mehl, Nüsse, Backpulver mischen, portionsweise unterziehen. Den Teig in eine gefettete Springform, Durchmesser 26 cm, füllen, glatt streichen, ca. 25 Min. backen und abkühlen lassen.

Füllung: Die Gelatine in 200 ml Buttermilch einweichen. Den Teigboden auf eine Tortenplatte legen und mit einem Tortenring umschließen. Bananen schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auf dem Tortenboden verteilen, dabei den Rand frei lassen. Buttermilch mit eingeweicher Gelatine unter Rühren erwärmen bis sich die Gelatine aufgelöst hat. Übrige Buttermilch einrühren. 30 Minuten kühlen. Sobald die Masse zu gelieren beginnt, Sahne mit Vanille Zucker steif schlagen. Mit Schokorasfel unter die Buttermilchmasse heben. Auf dem Teigboden glatt streichen und 3 Stunden kühlen.

Sahne zum Garnieren steif schlagen, Rosetten aufspritzen und mit in Schokolade getauchten Bananenscheiben und Schokorasfel verzieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

24.05.03 Jungpana

Blaubeer Buttermilch Torte 3 Ei M

Zutaten für 8 Portionen

3 Eier

60 g Zucker

1 Vanillezucker

2 El Wasser, kochendes

1 Prise Salz

80 g Mehl

1 El Stärkemehl

Für die Füllung:

1 Glas Heidelbeeren, 540 g

300 ml Buttermilch

400 ml Schlagsahne



2 Pkt. Sahnesteif  
6 Blatt Gelatine  
125 g Heidelbeeren, frische  
50 g Gelee Johannisbeergelee

## Zubereitung

Eier trennen, Eigelb mit Zucker, Vanillezucker und Wasser fünf Min. schaumig schlagen. Eiweiß mit Salz steif schlagen und vorsichtig unter die Eigelbmasse ziehen. Mehl und Stärke mischen und auch unterheben. Den Boden der Springform mit Backpapier auslegen. Teig einfüllen und 30-35 Min goldbraun backen. Umluft 180Grad.

Abgekühlt den Biskuit in drei Böden teilen. Den unteren Boden auf einen Kuchenteller legen und mit einem Tortenring umschließen.

Blaubeeren abtropfen lassen, pürieren und mit Buttermilch mischen. Einen Becher Sahne mit einem P. Vanillezucker steif schlagen. Gelatine einweichen nach Packungsanweisung, auflösen und unter die Masse geben. Sobald die Masse geliert, Sahne unterheben. Ein Drittel der Creme auf den Boden geben und mit einem weiteren Boden abdecken, nochmals wiederholen. Die restliche Sahne schlagen und auf den Deckel geben, mit Blaubeeren verzieren, Johannisbeergelee auflösen, abkühlen und auf die Torte träufeln lassen. 2-3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten  
08.11.03 cookie60

## Buttermilch Torte 2 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

### 2 Eier

210 g Zucker  
1 Pck. Vanillezucker  
50 g Mehl  
50 g Speisestärke  
1 TI Backpulver  
15 g Kakaopulver  
14 Blatt Gelatine, weiße  
750 g Pfirsiche  
4 El Zitronensaft

### 500 ml Buttermilch

250 g Schlagsahne

### 4 El Pfirsichlikör

25 g Kuvertüre, weiße

## Zubereitung

Eier trennen. Eiweiß und 3 Ei kaltes Wasser steif schlagen, 75g Zucker und Vanille-Zucker einrieseln lassen. Eigelbe unterschlagen. Mehl, Stärke, Backpulver und Kakao mischen, auf die Eischäum-Masse sieben, unterheben. Teig in eine am Boden mit Backpapier ausgelegten Springform 26cm streichen. Bei 175° ca. 20 min backen. Auskühlen lassen.

Gelatine einweichen. 500 g Pfirsiche kreuzweise einritzen, kurz in kochendes Wasser legen, abschrecken, häuten. Dann halbieren, entsteinen, grob in Stücke schneiden. Pfirsiche mit Zitronensaft mit 60 g Zucker 2-3 min dünsten, pürieren.

5 Blatt Gelatine ausdrücken, in das Fruchtpüree rühren, kühlen. Buttermilch mit 75g Zucker verrühren. Rest Gelatine ausdrücken, auflösen und etwas Buttermilch unterrühren. In die übrige Buttermilch rühren. Kühl stellen, bis die Masse zu gelieren beginnt, Sahne steif schlagen und unter die Buttermilchcreme ziehen.

Biskuit auf eine Platte legen, mit Likör beträufeln. Tortenring drum stellen. Hälfte Creme auf den Boden streichen. Pfirsichpüree und Rest Creme darauf streichen. Cremes marmorartig durchziehen. Torte mindesten 5 Std. kalt stellen.

Kuvertüre schmelzen. 250 g Pfirsiche häuten, in Spalten schneiden. Spalten mit Zitronensaft bestreichen. Torte damit belegen und mit Kuvertürestreifen verzieren.

**Brennwert p. P.: 190**

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

06.02.05 cosmopolitan

## Buttermilch Torte mit Himbeeren 4 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

**4 Eier**

225 g Zucker

**3 Ei Himbeergeist**

60 g Mehl

60 g Speisestärke

1 TI Backpulver

40 g Mandeln, gemahlen

3 Ei Marmelade Himbeermarmelade

11 Blatt Gelatine

500 g Himbeeren, tiefgekühlt

**500 ml Buttermilch**

3 Becher Schlagsahne á 200 g

2 Pkt. Vanillezucker

### Zubereitung

Die Eier trennen. Das Eiweiß steif schlagen, 150 g Zucker einrieseln lassen. Eigelb unterziehen und Himbeergeist zufügen. Mehl, Stärke und Backpulver gut vermischen. Unter die Eimasse heben. Boden einer Springform 24 cm mit Backpapier auslegen, Teig einfüllen. Im vorgeheizten Backrohr E-Herd: 200°C 30 Min. backen.

Stürzen, Himbeermarmelade erhitzen, Biskuitboden einmal waagrecht mit einem großen Messer durchschneiden. Springformrand um den unteren Bodenteil schließen. Erhitzte Marmelade darauf verstreichen. 9 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen, 350 g Himbeeren antauen, pürieren und durch ein Sieb streichen oder auch nicht, wie ihr wollt. Die ausgedrückte Gelatine in 250 g Himbeerpüree auflösen, abkühlen lassen. Buttermilch unter das Püree rühren und kalt stellen ACHTUNG: wird relativ schnell fest.

200 g Schlagsahne und restlichen Zucker steif schlagen und unterziehen. Restliche Himbeeren auf den Tortenboden verteilen. Creme darüber geben, mit dem zweiten Boden abdecken. Ca. 2 Stunden kalt stellen. Restliche Schlagsahne und Vanillezucker steif schlagen. Die Torte damit rundherum einstreichen. Restliches Himbeerpüree erhitzen, ausgedrückte Gelatine darin auflösen. In einen Plastikbeutel füllen, unten eine kleine Ecke abschneiden. Die Torte verzieren.

Brennwert p. P.: 310

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

16.03.02 ChristineJohanna

### Coca Cola Torte 2 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

250 g Butter

250 ml Cola

300 g Mehl

3 Ei Kakaopulver

300 g Zucker

1 Pck. Vanillezucker

2 Eier

125 ml Buttermilch

1 TI Natron

3 Tasse/n Marshmallows

250 g Puderzucker  
50 g Butter  
3 Ei Kakaopulver  
100 ml Cola  
75 g Walnüsse

### Zubereitung

Butter und Cola verrühren und aufkochen lassen. Mehl und Backpulver mischen, in eine Rührschüssel sieben und mit Zucker und Vanillezucker mischen. Die heiße Butter-Cola-Masse darauf gießen und alles miteinander verrühren. Eier quirlen und unterrühren. Nacheinander Buttermilch, Natron und Marshmallows unterrühren. Den Teig in eine gefettete Springform füllen. Der Teig ist sehr flüssig und bei 180° 60-70 Minuten backen. Den Boden aus der Form lösen und erkalten lassen.

Puderzucker in eine Schüssel geben. Butter, Kakao und Cola unter Rühren aufkochen lassen, ebenfalls in eine Schüssel geben und alles glatt rühren. Den Guss über den warmen Kuchen geben. Die Walnusskerne grob hacken und auf den Guss streuen. Kalt stellen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.  
24.05.04 Blauhijkl

### Erdbeere Buttermilch Torte M

100 g Löffelbiskuit  
50 g Walnusskerne  
125 g Butter

12 Blatt weiße Gelatine  
1 Zitrone

#### 3/4 l Buttermilch

125 g Zucker

#### 200 g Schlagsahne

500 g Erdbeeren  
1 Päckchen roter Tortenguss  
¼ l roter Johannisbeersaft

Butter schmelzen und mit zerbröselten Löffelbiskuits und gehackten Walnüssen mischen. Tortenring auf eine Tortenplatte legen und die Masse darin glatt drücken. Kalt stellen.

Gelatine nach Vorschrift einweichen und auflösen. Buttermilch mit Zitronensaft und -schale und 100 g Zucker verrühren. Aufgelöste Gelatine einrühren und kalt stellen. Sahne steif schlagen und unter die gelierende Masse heben. Auf den Tortenboden füllen und für 2 Stunden kalt stellen.

Geputzte und halbierte Erdbeeren auf der Oberfläche verteilen, Tortenguss mit Saft und restlichem Zucker zubereiten und über die Erdbeeren geben. Nochmals eine halbe Stunde kalt stellen.

## Heidelbeer Tarte M

Zutaten für 1 Portionen

Für den Teig:

180 g Mehl  
1 TI Backpulver  
1 TI Zimt  
1 TI Ingwer  
40 g Butter, kalte, in Stückchen  
90 g Zucker, braun

125 ml Buttermilch

200 g Heidelbeeren, frisch oder tiefgekühlt

Alle Zutaten zu einem Teig verarbeiten und in eine Tarteform geben. Die Heidelbeeren auf dem Teig verteilen. Bei 170°C Heißluft 25 min. backen. Mit frisch geschlagener Sahne servieren.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

28.06.05 Stetim

## Himbeer Torte 4 Ei M

Für den Biskuitteig-

4 Eier

150 g Zucker  
1 P. Vanille Zucker  
4 Ei kochendes Wasser  
60 g Mehl  
60 g Speisestärke  
1 TI Backpulver  
40 g gemahlene Mandeln

Für die Füllung

4 Ei Wildpreiselbeeren aus dem Glas und eingedickt,  
3 Ei Himbeergeist oder  
3 Ei Himbeersirup  
9 weiße Gelatine  
150 g gefrorene Himbeeren  
350 g aufgetaute Himbeeren und ihr Saft  
75 g Zucker

500 ml Buttermilch

500 ml Schlagsahne

1 Paket Sahnesteif  
2 Paket Vanille Zucker  
1 Paket Tortenguss  
4 Ei Himbeergelee

Den Backofen auf 200° vorheizen. Für den Biskuitteig die Eier mit dem heißen Wasser, Zucker und Vanille Zucker zu einer glatten Masse aufschlagen. Das mit Speisestärke, Backpulver und gemahlene Mandeln vermischte Mehl über die Ei Masse sieben und vorsichtig unterheben. Eine Springform mit 26 cm Durchmesser mit Backpapier auslegen und den Biskuitteig einfüllen. Bei 200 ° **eine halbe Stunde backen**. Danach auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Anschließend in 2 gleich starke Lagen schneiden und einen Springformrand um den unteren Boden legen.

Die Wildpreiselbeeren erhitzen, den Himbeergeist oder Himbeersirup dazugeben und auf dem unteren Boden verstreichen. Nun den Saft der aufgetauten Himbeeren in einem Topf aufkochen wenn es weniger als ¼ l ist, mit Wasser auffüllen, dann den Tortenguss einrühren, noch einmal aufkochen und vom Herd nehmen. Die gefrorenen Himbeeren unterrühren und die Masse noch heiß auf dem unteren Tortenboden verteilen.

Für die Himbeercreme die aufgetauten Himbeeren pürieren und den Zucker zufügen. 1 Becher Sahne steif schlagen.

Die Gelatine in etwas kaltem Wasser einweichen, dann das Wasser abgießen und die Gelatine in einem Topf erhitzen und auflösen. Die Buttermilch zur Gelatine geben und verrühren. Dann die Masse zum Himbeerpüree geben und mit dem Mixer verrühren. Dann die Sahne unterziehen. Die Creme auf den Tortenboden in die Form füllen und den Deckel aufsetzen. Im Kühlschrank 2-3 Stunden fest werden lassen.

Die Torte mit einem Messer aus der Springform lösen und die Form abnehmen. Die restliche Sahne mit dem Vanille Zucker und dem Sahnesteif sehr steif schlagen und die Torte von allen Seiten damit bedecken. Himbeergelee erhitzen und in einen Gefrierbeutel umfüllen. Abkühlen lassen. Dann eine Spitze des Gefrierbeutels abschneiden und auf der

Torte ein Gittermuster aus Himbeergelee ziehen.

## Holunder Buttermilch Torte mit Kirschen 4 Ei M

Zutaten für Portionen

### Für den Biskuitboden:

4 Eier

4 Ei Zucker

4 Ei Mehl

### Für die Creme:

500 ml Sahne,

500 ml Holunderblütensirup

500 ml Buttermilch

2 Zitronen, den Saft

10 Blatt Gelatine

### Für das Gelee:

400 g Kirschen

50 g Puderzucker

2 Blatt Gelatine

## Zubereitung

Für den Biskuit Eier und Zucker schaumig schlagen, glattes Mehl unterheben, in eine befettete und gut bemehlte Springform füllen. Bei 180 Grad ca. 15 Minuten backen.

Für die Buttermilchmasse Gelatine in lauwarmem Wasser einweichen.

Sahne schlagen und kühl stellen.

Holundersirup mit Zitronensaft und Buttermilch glatt rühren. Ausgedrückte Gelatine dazugeben, verrühren und die geschlagene Sahne unterheben.

Die Springform öffnen, das ausgekühlte Biskuit samt Boden herausheben, eine Klarsichtfolien unter den Boden der Springform ziehen, wieder in die Springform geben und die Folie über die Ränder der Springform ziehen.

Nun die Buttermilchmasse einfüllen und leicht stocken lassen. Zwei Drittel der Kirschen entkernen und unregelmäßig in die gestockte Masse hineindrücken die Kirschen sollen dabei nicht mehr absinken. Die Torte kalt stellen, bis die Buttermilchmasse fest ist.

Für das Gelee die restlichen Kirschen entkernen, pürieren, mit Zucker und ausgedrückter Gelatine verrühren, über die Torte streichen und wieder einige Stunden kalt stellen.

Vor dem Anschneiden die Springform öffnen, Klarsichtfolien abziehen, und die Torte mit einem heiß gespülten Messer in Stücke schneiden.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.  
05.06.05 Bezwinger

Kommentar von sapphokuesst 20.06.2005 11:56

500 ml Holunderblütensirup ist eindeutig zu süß. Viel zu süß. habe den selbstgemachten Sirup aus dieser HP verwendet. Mit knapp 100 ml Sirup und der doppelten Menge Zitronensaft schmeckt es wesentlich frischer und besser...

## Knusper Torte mit Himbeercreme M

Zutaten für 12 Portionen

Für den Teig:

200 g Kuvertüre, halbbitter oder weiße

80 g Cornflakes

Für die Creme:

300 g Himbeeren, evtl. tiefgekühlt und aufgetaut

500 ml Buttermilch

60 g Zucker

12 Blatt Gelatine

250 ml Sahne

## Zubereitung

Kuvertüre im Wasserbad schmelzen, Cornflakes unterheben. Etwas Masse zum Verzieren zurückbehalten, den Rest auf den mit Backpapier ausgelegten Boden einer Springform 26 cm streichen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Die Hälfte der verlesenen, abgspülten Himbeeren pürieren und mit Buttermilch und Zucker verrühren. Gelatine einweichen, ausdrücken, durch leichtes Erwärmen auflösen und unter die Himbeer-Buttermilch rühren. Sahne steif schlagen und, bis auf einige Himbeeren zum Verzieren, mit den restlichen Himbeeren unter die Buttermilchmasse heben. Creme leicht angelieren lassen, dann auf den Schoko-Cornflakesboden geben und im Kühlschrank ca. 2 Std. fest werden lassen. Restliche Cornflakesmasse zerbröckeln und die Torte damit und mit den restlichen Himbeeren verzieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten



03.06.02 Sofi

## Mandel Törtchen 1 Eiweiß M

Zutaten für 8 Stück.  
40 g Diätmargarine,  
80 g Fruchtzucker,  
Mark von 1 Vanilleschote,  
125 g Weizenmehl,  
1 Msp. Backpulver,

100 ml Buttermilch,

1 Eiweiß,

8 Papierförmchen Durchmesser: 6 cm,  
2 EL Mandelblättchen

Zubereitungszeit: etwa 50 Minuten

Margarine mit dem Fruchtzucker und Vanillemark in einer Schüssel schaumig rühren.

Mehl mit dem Backpulver mischen und abwechselnd mit der Buttermilch unter die Margarinecreme rühren.

Eiweiß steif schlagen und unterheben.

Teig in die Papierförmchen füllen, mit Mandelblättchen bestreuen.

Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C Umluft 150 °C, Gas Stufe 3 etwa 30 Minuten backen.

Die Törtchen abkühlen lassen und servieren.

### 1 Stück enthält:

104 Kilokalorien/  
433 Kilojoule  
3 g Eiweiß  
5 g Fett  
12 g Kohlenhydrate davon 10 g Fruchtzucker  
1 g Ballaststoffe  
1 BE

## Melonen Buttermilch Torte 2 Ei + 1 Eigelb M

Zutaten: für 12 Stücke

2 Eier

1 Eigelb

1 Prise Salz

50 g Diabetikersüße

abgeriebene Schale von 1/2 unbehandelten Zitrone

40 Butter oder Margarine

70 g Mehl

1 EL Speisestärke

1 TL Backpulver

6 Blatt weiße Gelatine

800 g Wassermelonen-Fruchtfleisch

200 ml Buttermilch

Saft von 1/2 Zitrone

etwas flüssiger Süßstoff

100 g Schlagsahne

350 g Orangenmelonen-Fruchtfleisch

20 g Diabetiker-Zartbitter-Schokolade

Außerdem:

Backpapier

Kugelausstecher

Zubereitung:

1. Eier trennen, Eiweiß und Salz steif schlagen. Die 3 Eigelbe, Diabetikersüße und Zitronenschale aufschlagen, unter das Eiweiß rühren. Fett schmelzen lassen.
2. Biskuitmasse in einer am Boden mit Backpapier ausgelegten Springform 26 cm glatt streichen. Im heißen Ofen bei 200 C Umluft: 175 C ca. 20 Min. backen. Auskühlen lassen.
3. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Aus der Wassermelone mit einem Kugelausstecher je nach Größe ca. 20 Kugeln ausstechen. Übrige Wassermelone pürieren. 300 g Melonenpüree abmessen. Gelatine ausdrücken, auflösen und mit etwas Melonenpüree verrühren. Übriges Püree, Buttermilch und Zitronensaft verrühren, mit Süßstoff abschmecken. Gelatinegemisch zufügen, kalt stellen.

4. Sahne steif schlagen. Sobald die Creme zu gelieren beginnt, die Sahne unterheben. Springformrand oder Tortenring um den Tortenboden legen und die Creme auf dem Boden glatt streichen. Ca. 2 1/2 Std. kalt stellen.  
5. Orangenmelone in dünne Spalten schneiden. Torte aus der Form lösen, mit Melonenspalten und -kugeln verzieren. Von der Schokolade mit einem Sparschäler kleine Röllchen abhobeln. Tortenrand und Oberfläche damit bestreuen. Bis zum Servieren kalt stellen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Min.

Backzeit: ca. 20 Min.

Wartezeit: ca. 3 Std.

#### Brenn- und Nährwerte pro Portion:

160 kcal / 670 kJ

Eiweiß: 4 g

Fett: 8 g

Kohlenhydrate: 19 g

BE: 1,5

Diese Zutaten können Sie austauschen:

Bereiten Sie den Teig mit 75 g Zucker statt mit Diabetikersüße zu. Süßen Sie die Melonencreme mit 75 g Zucker. Verzieren Sie die Torte mit fertig gekauften Schokospänen.

#### Schokoladentraum 4 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

100 g Schokolade, feine dunkle edelbitter

16 El Mehl ODER

12 El Buchweizen, gemahlen

2 El Reis, gemahlen Natur - Reis

1 El Amaranth, gemahlen

1 El Soja, gemahlen ODER

16 El Buchweizen, gemahlen

#### 1 Eier

1 TI Backpulver

¼ TI Meersalz

150 g Butter, weiche oder ungehärtete Margarine

11 El Rohrzucker, gemahlen / Zucker

3 große Eier, Zimmertemperatur

200 ml Buttermilch mit

200 ml Likör, oder Eierlikör/ Rum 54 %, 50 ml fürs Backen+ 150 ml zum Tränken

Für die Creme:

200 g Butter, weiche oder ungehärtete Margarine  
16 El Puderzucker, gesiebt  
8 El Kakaopulver, gesiebt  
60 ml Likör oder Eierlikör oder Rum 54 %  
Butter /Margarine, für die Formen  
Mehl, für die Formen  
50 g Schokolade, feine dunkle edelbitter, gerieben, zum Garnieren

## Zubereitung

**Backen:** Ofen auf 180° vorheizen. 3 Springformen 26 cm Ø mit Butter bestreichen und mit Mehl bestäuben.  
Die Schokolade schmelzen Wasserbad oder Mikrowelle. Das Mehl mit dem Backpulver und Salz zusammenmischen. Die Butter cremig schlagen, Zucker zugeben und weiterschlagen, bis die Masse luftig und schaumig ist. Eier zugeben, nach jedem Ei die Masse wieder gut verarbeiten. Die geschmolzene Schokolade zugießen und gut durchmischen. Abwechselnd die Mehlmischung und die Buttermilch einführen und 50 ml Likör / Eierlikör/Rum 54%, zugießen, die Masse noch mal gut durchmischen, sie muss schön geschmeidig sein. Die Masse in vorbereitete Formen verteilen. Jeden Boden ca. 25 Minuten backen Stichprobe. Habe alle drei auf einmal mit Umluft gebacken, mit ca. 170°C. Die Böden in der Form abkühlen lassen, dann aus der Form lösen und ganz auskühlen lassen für 30 Minuten in das Gefrierfach stellen.

**Buttercreme:** Die Butter schlagen, bis sie weich ist, mit Zucker und Kakaopulver bestreuen, Likör/ Eierlikör/Rum 54% zugießen, weiter schlagen, bis die Masse schön geschmeidig ist. Jeden gut gekühlten Boden mit 50 ml Likör/ Eierlikör/Rum 54% bepinseln. Den ersten Boden mit 150 ml Buttercreme bestreichen, den zweiten Boden obendrauflegend, den Vorgang wiederholen, den dritten Boden mit der Rest der Creme bestreichen. Da Eierlikör/Rum 54% nicht so gut einzieht, habe ich alle drei Böden eingepinselt + dann die Böden umgedreht.  
Es ist besser, wenn man die Buttercreme in der Schüssel in etwa 4 gleich große Teile aufteilt, den 4. Teil dazu benutzt, um den Rand mit einzustreichen, sieht schöner aus. Entweder sofort mit Schokoladenspänen garniert servieren oder in den Kühlschrank stellen und eine Stunde vor der Schoko-Orgie aus dem Kühlschrank nehmen.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten  
22.11.03 Hans60

## Waffeln

## Beichtwaffeln 3 Ei M

Zutaten für 12 Portionen

125 g Butter

50 g Zucker

1 Pkt. Vanillezucker

### 3 Eier, getrennt

½ Flasche Aroma, Rum = 1 Ei Rum

125 g Mehl

125 g Speisestärke

2 TI Backpulver

500 ml Buttermilch, oder etwas weniger

### Zubereitung

Butter und Zucker schaumig schlagen, die übrigen Zutaten mit dem Eigelb dazurühren und den aus dem Eiweiß geschlagenen Eischnee unterheben. Mit dem sehr heißen, gut gefetteten Waffeleisen knusprige Waffeln ausbacken. Die Waffeln möglichst frisch und mit Puderzucker bestreut servieren. Man kann sie auch mit Obst oder Marmelade füllen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

18.03.02 Sonja

## Bergische Waffeln 4 Ei M

ZUTATEN:

### 4 Eier,

100 g Butter,

1 Prise Salz,

4 ml Flüssigsüße,

2 Esslöffel Zitronensaft,

250 g Mehl Typ 1050,

1 Teelöffel Backpulver,

1/4 Liter Buttermilch,

Fett für das Waffeleisen.

### Zubereitung

Eier trennen, Eigelb mit Butter, Salz, Flüssigsüße und Zitronensaft glatt-rühren. Mehl und Backpulver mischen, esslöffelweise dazugeben und mit der Buttermilch zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Eiweiß steif schla-

gen und vorsichtig unter den Teig heben. Waffeleisen einfetten und erhitzen, jeweils eine Schöpfkelle Teig in die Mitte geben, Eisen zusammendrücken, Waffeln ca. drei Minuten goldgelb backen und sofort servieren. Waffeln schmecken hervorragend mit kalorienreduzierten Konfitüren, Obstkonserven und mit Süßstoff gesüßter Sahne, auch fertig als Sprühsahne erhältlich.

Zubereitungszeit:  
ca. 45 Minuten  
Ergibt ca. 10 Stücke.

Eine Waffel enthält:  
869 kJ 208 kcal,  
7 g Eiweiß,  
19 g Kohlenhydrate,  
12 g Fett,  
ca. 1,5 BE.

### Buchweizen Waffeln 3 Ei M

Zutaten für 6-8 Waffeln:  
200 g Buchweizenmehl,  
gibt's im Reformhaus  
150 g Weizenvollkornmehl,

500 ml Buttermilch,  
2 EL zerlaufene Butter,

3 Eier,  
1 Prise Meersalz,  
1 P. Naturvanillezucker,  
3 EL Honig,  
1 TL Weinsteinbackpulver,  
Fett für das Waffeleisen

#### Zubereitung:

1. Alle Teigzutaten mit dem elektrischen Handrührgerät zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig etwa eine Stunde quellen lassen.
2. Waffeleisen vorheizen, leicht einfetten und zehn Waffeln ausbacken. Dazu passt ein Fruchtkompott, beispielsweise aus Preiselbeeren.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten + 20 Minuten Backzeit + 1 Stunde zum Ausquellen

Pro Waffel: ca. 198 kcal 5 g Fett

## Buttermilch Waffeln 2 Ei M

Zutaten für 4 Portionen

100 g Butter, weiche

### 2 Eier

150 g Mehl, Weizenmehl Type 405

½ TI Backpulver

### 125 ml Buttermilch

1 Pck. Vanille Zucker

5 El Zucker

## Zubereitung

Die Butter muss als erstes mit den Eiern schaumig geschlagen werden, das Mehl mit dem Backpulver gemischt werden und dazu geben.

Mit der Buttermilch alles zu einem glatten Teig verrühren. Vanillin-Zucker und Zucker unter den Teig rühren und alles 10 min. ruhen lassen.

Das Waffeleisen vorheizen, fetten und portionsweise Waffeln backen.

Dazu passt sehr gut Obstsalat und Sahne.

Brennwert p. P.: 286

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

08.08.05 Naschkatze82

## Buttermilch Waffeln 4 Ei M

Laias

Zutaten für 4 Portionen

125 g Butter

50 g Zucker

2 El Vanillezucker

1 Prise Salz

### 4 Eier

250 g Mehl

1 TI Backpulver

### 1/8 Liter Buttermilch

Fett, für das Waffeleisen

Puderzucker, um die fertigen Waffeln zu bestreuen

Butter, Zucker, Vanillezucker, Salz und Eier gut schaumig rühren. Mehl mit dem Backpulver mischen. Das Mehlgemisch und die Buttermilch abwechselnd zugeben, bis der Teig etwas flüssiger als Honig ist. Das Waffeleisen auf Betriebstemperatur aufheizen lassen, einfetten und den Teig portionsweise zu Waffeln backen. Noch warm mit Puderzucker bestreuen und sofort essen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

30.12.02 Laia

29.09.04 Tapsangel

### Buttermilch Waffeln 5 Ei M

Zutaten für 5 Portionen

125 g Butter

50 g Zucker

Salz

2 Ei Vanillezucker

4 Eier

250 g Mehl

1 TL Backpulver

250 ml Buttermilch

Butter, Zucker, Vanillezucker, Salz und Eier gut schaumig rühren. Mehl und Backpulver löffelweise unter die Butter-Eiermasse geben, die Buttermilch solange zugeben, bis ein glatter Teig entsteht. 4-6 Minuten Backzeit!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

24.05.04 coco200

### Buttermilch Waffeln für Diabetiker 4 Ei M

Diabetiker Waffeln

Zutaten für 12 Portionen

125 g Margarine

¾ TL Süßstoff, flüssig

2 Vanilleschoten, das Mark

1 Prise Salz

4 Eier



250 g Mehl  
1 TL Backpulver

125 ml Buttermilch, gut bemessen  
Öl, zum Einfetten

### Zubereitung

Margarine mit Süßstoff, Vanillemark, Salz und Eiern gut schaumig rühren. Das Mehl mit dem Backpulver sieben und löffelweise abwechselnd mit der Buttermilch unter den Teig rühren. Es muß ein dünnflüssiger Teig entstehen. Das Waffeleisen mit dem Öl einpinseln und erhitzen. Etwas Teig in das heiße Waffeleisen geben und jede Waffel backen bis sie goldbraun ist. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Pro Waffel 1 1/3 BE bei 12 Waffeln

Brennwert p. P.: 210

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

26.02.02 ScholzWohlers

### Knusprige Waffeln 2 Ei M

50 g Diätmargarine

2 Eier

1 Prise Salz

2 TL flüssiger Süßstoff

abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone

120 g Mehl Typ 1050

1/2 TL Backpulver

1/8 L Buttermilch

Fett für das Waffeleisen

Teig rühren, 10 min. ruhen lassen, Waffeln backen. Ergibt 6 Waffeln.

Gesamtrezept = 6 BE

1 Waffel = 1 BE

### Lockere Buttermilch Waffeln 4 Ei M

Zutaten für 3 Portionen

125 g Butter

50 g Zucker  
1 Pck. Vanillezucker  
1 Prise Salz

#### 4 Eier

250 g Mehl  
1 TI Backpulver

125 ml Buttermilch

### Zubereitung

Butter, Zucker, Vanillezucker, Salz und Eier gut schaumig rühren. Mehl und Backpulver sieben, löffelweise unterrühren, die Buttermilch zugeben, bis ein dünner Teig entsteht. Waffeleisen mit Öl einpinseln und einen kleinen Schöpflöffel Teig auf das heiße Eisen geben. Jede Waffel 4-6 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten  
17.10.02 Pastacaro

### Möhren Buttermilch Waffeln 2 Ei M

Zutaten für 6 Stück:

200 g Möhren,  
300 g Mehl Type 405,

250 g Buttermilch,  
75 g Vollrohrzucker,  
Mark von 1 Vanilleschote,

2 Eier Größe M,

1 Prise Jodsalz

### Zubereitung:

1. Möhren schälen, fein raspeln. Mit Mehl, Buttermilch, Zucker und Vanillemark gründlich mischen.
2. Eier trennen. Eigelbe unter die Mehlmischung rühren. Eiweiß und Salz steif schlagen, unterziehen.
3. Waffeleisen heiß werden lassen, evtl. einfetten. Teig Portionsweise einfüllen und ca. 3 Minuten goldbraun backen. Mit Früchten und Puderzucker servieren.

Pro Stück: ca. 290 kcal 3 g Fett

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

## Pfütz Kuchen 6 Ei M

Waffeln

Zutaten für 1 Portionen

500 g Mehl

### 6 Eier

250 g Zucker

1 TL Backpulver

250 g Margarine oder Butter

n. B. Rum-Aroma = Rum 54 %

### 1 Becher Buttermilch

Öl

Puderzucker

## Zubereitung

Mehl mit dem Backpulver in eine Rührschüssel geben. 6 Eier in die Schüssel schlagen. Zucker und Margarine dazugeben. Becher Buttermilch und Rumaroma dazugeben und alles mit dem Mixer auf hoher Stufe mixen.

Waffeleisen einfetten und mit einer mittleren Kelle jeweils das Waffeleisen befüllen und die Waffeln goldbraun backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

05.08.05 Nazza

## Waffeln 2 Ei M

Zutaten für 6 Waffeln:

50 g Diätmargarine

### 2 Eier

1 Prise Salz

2 TL flüssiger Süßstoff

abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone

120 g Mehl Type 1050

1/2 TL Backpulver

### 1/8 l Buttermilch

Fett für das Waffeleisen

Die Diätmargarine schaumig schlagen. Die Eier, das Salz, den Süßstoff und die Zitronenschale nacheinander hinzufügen. Das Mehl mit dem Backpulver mischen, über die Zutaten sieben. Die Buttermilch dazugießen und alles zu einem glatten Teig verrühren.

Den Teig etwa 10 Minuten ruhen lassen. Inzwischen das Waffeleisen vorheizen.

Das Waffeleisen einfetten, Teig einfüllen, verstreichen und goldgelb backen. Der Teig reicht für etwa 6 Füllungen im Waffeleisen.

pro Portion 160 kcal

## Waffeln mit Buttermilch 4 Ei M

Zutaten für 6 Portionen

125 g Butter

50 g Zucker

3 El Vanillezucker

1 Prise Salz

4 Eier

1 Tl Backpulver

250 g Mehl

250 ml Buttermilch

## Zubereitung

Alle Zutaten zusammen mischen und die Waffeln wie gewohnt im Waffeleisen backen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

20.11.05 pattilein

## Hinweis M

Das M in den Titelleisten , bedeutet nur,

das sich im Rezept ,

Kuh Milch Produkte, befinden

Mit freundlichen Grüßen

### Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben, wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzahlenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Der/die gehe bitte auf das jeweilige Verzeichnis , erst Inhaltsverzeichnis, dann Index, mit der RECHTEN Maustaste

Felder aktualisieren / gesamtes Verzeichnis aktualisieren. Dann speichern, O K.

Mit freundlichen Grüßen

Hans

### Hinweis Ei

Das **Ei** in den Titelleisten , bedeutet nur, das sich im Rezept ,

**Ei** Produkte + deren Anzahl, befinden

Donnerstag, 2. März 2006

Mit freundlichen Grüßen

Hans