

REZEPT FÜR BUCHTELN | SWEETFAMILY



BUCHTELN

Schwierigkeitsgrad: normal

für 6 Stück | 60 Min. | + Gehzeit

ZUTATEN

| | |
|-----------------------|-------------------------------------|
| 100 ml | Milch |
| 60 g | SweetFamily Bio-Zucker |
| 15 g | frische Hefe |
| 170 g | Weizenmehl (Type 550) |
| 100 g | Weizen-Vollkornmehl |
| 1 | Eigelb (Größe M) |
| 1 Ei (Größe M) | |
| 1 Prise | Salz |
| 1/2 TL | fein abgeriebene Bio-Zitronenschale |
| 2 EL | brauner Rum |
| 80 g | weiche Butter |
| 50 g | Schlagsahne |
| Mehl | zum Bearbeiten |

ZUBEREITUNG

376

Kcal

pro Stück ca.

8

Gramm

Eiweiß

42

Gramm

Kohlenhydrate

17

Gramm

Fett

Hefeteig zubereiten:

1. Milch lauwarm erwärmen und in eine Rührschüssel geben. 25 g Bio-Zucker und zerbröckelte Hefe darin auflösen. Beide Mehle, Eigelb, Ei, Salz, Zitronenschale, Rum und 40 g Butter zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Teig zugedeckt ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.

Formen und gehen lassen:

2. Sahne in eine ofenfeste Form (ca. 15 x 20 cm) geben. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten. Zu einer Rolle formen und in 6 Stücke teilen. Zu Kugeln formen und dicht an dicht in die Form setzen. Übrige Butter zerlassen und Teigkugeln damit bestreichen. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze (160 °C Umluft) vorheizen. Buchteln zugedeckt erneut an warmen Ort ca. 40 Minuten gehen lassen. Mit 20 g Bio-Zucker bestreuen.

Backen und servieren:

3. Buchteln im heißen Ofen ca. 35 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. Mit übrigem Zucker bestreuen und warm servieren.