



SÜSSE SPIEGELEIER AUS HEFETEIG / HEFE VERMEHREN



Falls du nur noch ganz wenig Hefe zu Hause hast, aber gerne welche auf Vorrat herstellen möchtest, gibt's hier den ultimativen Trick, um Hefe zu vermehren! Übrigens kannst du Hefewürfel immer einfrieren, so hast du sie jederzeit auf Vorrat. Das Hefevermehren hat nicht nur den Vorteil, dass du mehr davon hast, sondern auch viele weitere. Durch die Herstellung eines Vorteiges ist auch die Zubereitung etwas anders. Du erhältst dadurch eine bessere Teigkonsistenz, eine bessere Teigverarbeitungsfähigkeit, eine verbesserte Schnittfähigkeit der Krume (bei Brot), das Gebäck hält länger frisch, schmeckt nicht hefig, du kannst den Teig viel länger bearbeiten, da die Hefe nicht säuert und du erhältst ein abgerundetes, volles Aroma, ganz ohne Hefegeschmack. Die Gebäcke sind außerdem bekömmlicher. Es gibt dabei im Prinzip nur einen Nachteil: der Teig muss oder darf länger aufgehen – also hast du mehr Zeit zur Verarbeitung und musst nicht hetzen. Ein weiterer Vorteil ist auch, dass du den hergestellten Hefeteig nicht sofort verwenden musst, er darf auch gerne im Kühlschrank abgedeckt mehrere Tage ruhen, er säuert nicht und schmeckt frisch wie am ersten Tag.



Zubereitungszeit
45 Minuten



Back-/Kochzeit
17 Minuten



Temperatur + Heizart
170 °C O/U

PORTIONSRECHNER:

Stück: 10



Ich habe meine Hefe selber vermehrt und diese kleinen Desserts daraus zubereitet. Du kannst dieses Rezept aber auch mit ganz normaler Frischhefe zubereiten oder die doppelte Menge an Trockenhefe verwenden.

ZUBEREITUNG

Verrühre die selbstvermehrte Hefe mit dem Zucker und Wasser. Füge dann die restlichen Zutaten hinzu, dabei die Butter und das Salz zum Schluss, und knete daraus in etwa 10-13 Minuten einen weichen Hefeteig. Lasse den Teig nun bei Raumtemperatur etwa 12-24 Stunden aufgehen, bis er sich mindestens verdoppelt hat.

FÜLLUNG

Verrühre alle Zutaten miteinander.

OFEN VORHEIZEN

Heize den Ofen auf 170°C O/U vor.

EIER FORMEN

Teile den Teig in 10 Portionen und rolle sie zu Kugeln. Rolle die Kugeln oval aus. Lege die Teiglinge auf eine Dauerbackfolie und verteile die Füllung gleichmäßig darauf. Lege jeweils eine Aprikosenhälfte darauf und backe sie im vorgeheizten Ofen bei 170°C O/U für 17-20 Minuten. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally

TEIG:

- 12 g** Hefe (frisch)
- 50 g** Zucker
- 1 EL** Wasser
- 1** Eigelb
- 180 g** Milch
- 340 g** Dinkelmehl
- ¼ TL** Salz
- 80 g** Butter (weich)

FÜLLUNG:

- 300 g** Quark
- 1** Ei
- 40 g** Zucker
- ½ TL** Vanilleextrakt
- 35 g** Speisestärke
- 20 ml** Milch

ZUM BELEGEN:

- 10** Aprikosen (Hälften)