

# LANGOS GRUNDREZEPT / LANGOSCH



Langos sind frittierte Hefeteilchen die man auf jedem Weihnachtsmarkt aber auch auf Sommerfesten, an vielen Foodtrucks und Festivals. Ich habe sie gemeinsam mit Sturmli in seinem Foodtruck zubereiten. Ihr könnt sie füllen oder nach dem Frittieren mit Toppings eurer Wahl belegen. Sowohl herzhaft mit einer leckeren Pilzpfanne oder süß mit Nutella und Obst sind sie einfach super lecker. Ein Rezept für gegrillte Champignons findet ihr auf meinem Blog oder in meiner App. Langos kommen ursprünglich aus Ungarn, es gibt sie aber in vielen Regionen und Sprachen. Auf türkisch heißen diese leckeren Teilchen „Kizartma“ oder „Pisi“.



Zubereitungszeit

**30 Minuten**

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 4

## TEIG

Verrühre die Hefe mit dem Zucker und Wasser, bis sich die Hefe aufgelöst hat. Füge die Milch, das Mehl und Salz hinzu und verknete alles in etwa 10 Minuten zu einem weichen Teig. Forme ihn zu einer Kugel und lasse ihn abgedeckt für etwa 1 Stunde ruhen.



**Tipp:** Je nach Mehlsorte kann es auch sein, dass du etwas mehr Flüssigkeit hinzugeben musst, weil jedes Mehl die Flüssigkeit anders aufnimmt. Achte darauf, dass der Teig weder zu fest, noch zu weich ist.

## LANGOS-TEIG:

- 21 g** Hefe (frisch)
- 1 EL** Zucker
- 250 g** Wasser
- 100 g** Milch
- 500 g** Mehl
- 1 TL** Salz

## LANGOS AUSBACKEN

Erhitze das Fett auf etwa 170 °C. Teile den Teig in etwa golfballgroße Portionen und forme sie zu kleinen Kugeln. Drücke sie mit gefetteten Händen flach und ziehe sie etwas auseinander.

Backe sie im Frittierfett für etwa 1-2 Minuten von beiden Seiten, bis sie goldgelb sind. Nimm sie aus dem Fett und lasse sie auf etwas Küchenpapier abtropfen. Gib nun Toppings deiner Wahl darauf und serviere sie. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

## ZUM FRITTIEREN:

- 1 l** Frittierfett



**Tipp:** Wenn du sie füllen möchtest, kannst du Fetakäse und Petersilie vermischen und immer auf einen Teigfladen etwa 1 EL Füllung geben, den Fladen zusammenlegen und gut verschließen. So können sie auch gefüllt frittiert werden.



**Tipp: Frittierfett richtig entsorgen:** Bitte das Frittierfett niemals in den Abfluss gießen. Lasst das Fett abkühlen, Frittierfett kann man mithilfe eines Kaffeefilters reinigen und wieder verwenden. Ihr könnt es in eine leere Flasche füllen und in den Restmüll werfen oder auch beim Wertstoffhof bei eurer Gemeinde abgeben.