

Süße Hauptgerichte

Die mag ich: Pancakes mit Sirup, überbackene Crêpes, gefüllte Buchteln, ein Auflauf mit süßen Früchten. Da wird es einem ganz warm ums Herz.



Fruchtige Crêpes-Schnecken

30 Min.



Foto: Mondamin

1. Für den Teig Mehl, Speisestärke, 1 Ei, Salz, 1 TL Zucker, Milch und 50 ml Wasser mit einem Handrührer auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verrühren.
2. Den Teig zugedeckt ca. 30 Minuten ruhen lassen, danach in heißem Öl 6 dünne Crêpes backen.
3. Crêpes erkalten lassen und mit Aprikosenkonfitüre bestreichen. Aprikosenhälften fein würfeln und mit Likör oder Saft und restlichem Zucker mischen. Auf die Crêpes verteilen, aufrollen und in 3–5 cm

- breite Stücke schneiden. Crêpes-Schnecken dicht nebeneinander in eine gefettete Auflaufform setzen.
4. Das restliche Ei mit Sahne und Vanillezucker verquirlen und über die Crêpes-Schnecken gießen.
 5. Im vorgeheizten Backofen bei 175–200 °C (Gas: Stufe 2–3/Umluft: 150–175 °C) 30–40 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Kakaopulver bestäuben.

Ruhezeit: 30 Min./Backzeit: 40 Min.

Zutaten für 4 Portionen

- 75 g Mehl
- 50 g Speisestärke
- 2 Eier (Größe M)
- Salz, 2 TL Zucker
- 300 ml Milch
- 2 EL Keimöl
- 3 EL Aprikosenkonfitüre
- 12 Aprikosenhälften (Dose)
- 2 EL Aprikosenlikör oder -saft
- 1/8 l Schlagsahne
- 1 TL Vanillezucker
- 1 EL Kakaopulver

Pro Portion: 1610 kJ/384 kcal

Süßer Kartoffelauflauf

40 Min.



Foto: CMA/Deutsche Kartoffel

Heiße Knolle

Zutaten für 4 Portionen

400 g mehlig kochende Kartoffeln
800 g säuerliche Äpfel
Saft und abgeriebene Schale 1 unbehandelten Zitrone
200 g Sauerkirschen (Glas)
100 g weiche Butter
80 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
3 Eier
1 Päckchen Vanille-Puddingpulver
100 g Quark (20 % Fett)
100 g gemahlene Mandeln
2 TL Backpulver
1 Prise Salz
80 g Mandelblättchen
Puderzucker

1. Kartoffeln waschen und ungeschält in kochendem Wasser 20–25 Minuten garen. Schale abziehen und die Kartoffeln noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken.
2. Äpfel waschen und in Spalten schneiden. Die Apfelspalten mit Zitronensaft und -schale mischen. Abgetropfte Kirschen unterheben.
3. 80 g Butter, Zucker und Vanillezucker cremig rühren. Die Eier trennen, Eigelb nach und nach unterrühren.
4. Puddingpulver, Quark, gemahlene Mandeln, Backpulver und die Kartoffelmasse zur Buttermischung geben und alles gut verrühren. Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und unterziehen.
5. Die Hälfte der Apfelspalten und Kirschen in eine gefettete Auflaufform legen, die vorbereitete Kartoffelmasse darauf verteilen und mit restlichem Obst belegen.

Mandelblättchen und Butterflöckchen darüber streuen.
6. Den Auflauf im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Gas: Stufe 3/Umluft: 175 °C) ca. 45 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

Im Backofen: 45 Minuten

Typ: mehlig kochend

Wählen Sie für den süßen Auflauf eine mehlig kochende Kartoffelsorte. Im Gegensatz zu den fest kochenden Typen haben diese einen hohen Stärkegehalt, brechen beim Garen leicht auf und verbinden sich sehr gut mit allen Arten von Flüssigkeiten. Damit sind mehlig kochende Kartoffeln ideal für Kartoffelpüree, aber auch für Aufläufe und zum Binden von Soßen.

Pro Portion: 2884 kJ/689 kcal

Buchteln mit Mohn

45 Min.

1. Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Die gehackten Mandeln, Mohn und Rosinen hineingeben und anrösten.
2. Mehl, Zucker und Vanillezucker in eine Schüssel geben. Die Hälfte der Milch mit Hefe verrühren, zum Mehl geben und ca. 5 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.
3. In der Zwischenzeit 40 g Margarine schmelzen, mit der restlichen Milch und Salz verrühren und zum Vorteig geben. Alles zu einem geschmeidigen Hefeteig verkneten und zugedeckt so lange gehen lassen, bis sich der Teig mindestens verdoppelt hat.
4. Hefeteig nochmals durchkneten. Restliche Margarine schmelzen. Aus dem Hefeteig 12 Bällchen formen, mit der Mohn-Mandel-Masse füllen und in der geschmolzenen Margarine wenden. Nicht zu dicht nebeneinander in eine Auflaufform

setzen. Die Buchteln nochmals gehen lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben.

5. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C (Gas: Stufe 3/Umluft: 175 °C) 20–25 Minuten backen. Buchteln aus dem Backofen nehmen, leicht abkühlen lassen, mit Puderzucker bestäuben und lauwarm servieren.

Dazu schmeckt Vanillesauce oder Obstkompott.

Füllung mit Pflaumen

12–14 getrocknete Pflaumen über Nacht in 6 EL Rotwein und 1 Prise Zimt einweichen. Abtropfen lassen und die Buchteln damit füllen.

Füllung mit Quark

150 g Magerquark mit 2 EL Zucker, 1 Eigelb und 2 TL Speisestärke mischen. 6 Buchteln damit füllen.

Gezeit: ca. 45 Min./Backzeit: ca. 25 Min.

Zutaten für 4 Portionen

1 EL Butter
1 EL gehackte Mandeln
20 g gemahlener Mohn
1 EL Rosinen
200 g Mehl
40 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
100 ml lauwarme Milch
20 g Hefe
75 g Margarine, z.B. Sanella
1 Prise Salz
1 EL Puderzucker

Die süßen Hefeknödel sind ein Hochgenuss aus der österreichischen Schmankerlküche.

Fein gefüllt

Pro Portion: 1831 kJ/440 kcal



Foto: Sanella

45 Min.

Pancakes mit Blaubeeren

Foto: Lätta



5. Nach etwa 2 Minuten die Pancakes wenden und fertig backen. Mit dem restlichen Teig genauso verfahren. Die gebackenen Pfannkuchen warm stellen.

6. Aufgetaute Blaubeeren mit Küchenpapier trockentupfen. Pancakes mit Margarine bestreichen und mit den Beeren und Ahornsirup servieren. Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

Pro Stück: 1504 kJ/359 kcal

Espresso-Mousse

Für 4 Portionen

200 ml kalte Milch, 1 Beutel Mondamin Milch Mousse Schokolade, 1–2 EL Espresso-pulver (Instant), 1 TL abgeriebene Orangenschale, 1/8 l (125 ml) Schlagsahne, 1 Päckchen Vanillezucker, 1–2 TL Kakaopulver, Kapstachelbeeren

1. Milch mit dem Milch Mousse-Pulver, Essropulver und Orangenschale 3–4 Minuten aufschlagen und in Kaffeetassen oder Dessertschälchen füllen. Ca. 1 Stunde kalt stellen.
2. Schlagsahne mit Vanillezucker steif schlagen und als Tupper auf die Espresso-Mousse setzen. Mit Kakaopulver bestäuben, mit Kapstachelbeeren garnieren.

Zutaten für 4 Portionen

200 g tiefgekühlte Blaubeeren
125 g Mehl
1/4 l Milch
2 Eier
1 Vanilleschote
1 Prise Salz
2 EL Zucker
2 EL Keimöl
2 EL Halbfettmargarine, z.B. Lätta
Ahornsirup
evtl. Puderzucker

1. Blaubeeren auftauen lassen.
2. Das Mehl sieben und mit der Milch verrühren. Die Eier trennen. Vanilleschote längs einritzen und das Mark herauskratzen. Mit dem Eigelb verquirlen und in die Mehlmischung rühren.
3. Salz zum Eiweiß geben und steif schlagen, dann unter weiterem Schlagen den Zucker einrieseln lassen. Eischnee mit einem Löffel zügig unter den Teig heben.
4. Eine beschichtete Pfanne mit wenig Öl einstreichen. Den Teig esslöffelweise hineingeben und bei schwacher bis mittlerer Hitze kleine Pfannkuchen backen.

Genuss für



Im nächsten Heft:

Echt fein: Fisch

Koch- und Backrezepte zum Sammeln.