

Buchteln - Wuchteln ausgesprochen

www.fitdurchsleben.com

Zutaten für ca. 10 Buchteln:

Fürs Dampfel „Rauscherl“:

- 50 ml Milch-3,6%
- 21 g Germ, halber Würfel
- 1 TL Kristallzucker
- etwas glattes Weizenmehl

Teig:

- 90 ml Milch-3,6%
- 40 g Butter

- 300 g Weizenmehl, glatt
- 50 g Kristallzucker
- 1 ST Ei
- 2 ST Eidotter
- Salz, Zitronenzesten, event. Rum



Für die Fülle:

- 80 g Marillenmarmelade, jeweils 1 TL

Für die Auflaufform:

- 50 g Butter, zerlassen

Herstellung:

1. Germ mit 50 ml lauwarmer Milch und Zucker verrühren, mit glattem Mehl leicht stauben und das Dampfel an einen warmen Ort gehen lassen.
2. Für den Teig, Milch mit Butter anwärmen (nur lauwarm), mit den restlichen Zutaten, wie Eier, Salz, Zucker, Zitronenabrieb und dem Dampfel zum Mehl hinzugeben - alles miteinander vermengen - und ca. 5 Minuten zu einem Teig gut abarbeiten.
3. Teig mit etwas glattem Mehl bestäuben und ca. 30 Minuten zugedeckt (Klarsichtfolie) an einen warmen Ort, bei stiller Hitze (keine Umluft) gehen (Backofen 40 – 50 °C) lassen.
4. Teig auf eine bemehlte Oberfläche (Schneidebrett) geben, leicht flachdrücken und in gleich große ca. 40g schwere rundliche Teile teilen.
5. Mit einem Geschirrtuch abgedeckt eventuell 5 Minuten gehen lassen.
6. Butter in einer Auflaufform zerlassen.
7. Teiglinge (Kugeln) flach drücken - auseinanderziehen, mit jeweils 1 TL Marmelade füllen und von allen 4 Seiten einschlagen.
8. Mit der Oberseite der Buchteln zuerst eintunken und dann auf der Unterseite in die Auflaufform legen.
9. Mit einem Geschirrtuch abgedeckt, ca. 30 Minuten an einen warmen Ort (Backofen 40 – 50 °C) gehen lassen.
10. Bei 160 – 170 °C zirka 30 - 35 Minuten im Backofen backen.

