

Buchteln mit Preiselbeeren und Marroni

Dauer: 30 min + 1 ½ h Wartezeit



Zutaten

- 300 g Vollkornmehl
 - 200 ml Milch warm
 - 20 g Hefe
 - 0,5 Teelöffel Salz
 - 8 Stück Marroni frisch gegart, geschält
 - 3 Esslöffel Preiselbeermarmelade
 - 2 Stück Eier
 - 20 g Leinsamen
 - 20 g Sonnenblumenkerne
 - 2 Esslöffel Speiseöl geschmacksneutral
-
- Öl zum Bestreichen
 - Fett für die Form

Zubereitung

Schritt 1

In einer Schüssel lauwarme Milch mit Hefe verrühren und 10 Minuten stehen lassen.

Schritt 2

Das Mehl mit Salz, Leinsamen und Sonnenblumenkerne in eine grosse Schüssel geben, anschliessend die verquirlten Eier und die Hefemilch dazugeben. Das Öl hinzufügen und zu einem geschmeidigen Teig kneten. Je nach Konsistenz etwas mehr Mehl oder Milch dazugeben.

Schritt 3

Die Oberfläche des Teiges mit ein wenig Öl bestreichen und die Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken. Den Teig ca. 45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, bis er knapp doppelt so gross ist. Ein Ofen bei knapp 45 Grad eignet sich sehr gut dafür.

Schritt 4

Während der Teig geht, die gekochten und geschälten Marroni klein hacken und mit Preiselbeermarmelade vermischen.

Schritt 5

Nach knapp 40 Minuten den Teig noch einmal durchkneten und wieder für 30 Minuten aufgehen lassen, bis er geschmeidig wird. Danach aus dem Teig 20 Kugeln formen und flach drücken.

Schritt 6

Je Kugel ein Teelöffel von der Preiselbeeren-Marroni-Masse in die Mitte geben, zusammendrücken und mit dem Teig umschliessen. Die Kugeln rund herum mit geschmacksneutralem Öl bestreichen und in eine gut gefettete Backform (ca. 25 cm Durchmesser) setzen.

Schritt 7

Den Teig noch einmal 15 Minuten gehen lassen und dann im Backofen bei 160 Grad 25- 30 Minuten goldgelb backen.

Unser Tipp

Die Buchteln schmecken herrlich als Beilage zu Salaten und Suppen. Man kann sie warm oder auch kalt genießen.