

Weihnachtsbäckerei – bewusst köstlich



■ INHALT

Tipps und Informationen rund ums Kekserbacken

Zutaten	4
Zubereiten	4
Backen und ausfertigen	5

Glasuren	3
Zitronenglasur	3
Schokoladeglasur	3
Rumglasur	3

Kekse zum Ausstechen	
Kürbiskernkekse	6
Linzer Augen	7
Nuss-Dinkelkekse	7
Lebkuchen zum Ausstechen	8
Kokosbäumchen	8
Kartoffelteigherzerl	9
Nervenkekse	9

Kipferl & Stangerl	
Mandelstangerl	10
Vanillekipferl	11
Klosterkipferl	11

Busserl, Krapferl und Cookies	
Bauernbrotlaibchen	12
Sandgebäck	12
Schoko-Cookies	13
Cranberry-Cookies	13
Haferflockenbusserl	14
Husarenkrapferl	14
Rosinen-Makronen	15

und weitere ...	
Nusstaler	16
Cantuccini	17
Nusschnecken	18
Orangen-Schokolade-Zungen	19
Schokolebkuchen	20
Gefüllter Lebkuchen	21

Stollen und Weihnachtliche Brote	
Apfelbrot	22
Kletzenbrot	23
Topfenstollen	24
Weihnachtsstollen	25
Weihnachtlicher Nusskranz aus Topfen-Germteig	26

Weihnachtsbäckerei – bewusst köstlich

Mit Kerzenschein und Tannengrün stimmen wir uns auf Weihnachten ein. Der Duft von selbst gebackenen Keksen, Busserln und Stollen erfüllt das ganze Haus.

Wir haben für Sie einen bunt gemischten Teller an Weihnachtskekzen zusammengestellt. Viele typisch österreichische Keksrezepte wurden von uns umgewandelt, indem wir Vollkornmehl anstelle von Weißmehl, sowie weniger Fett und Zucker verwendet haben.

So sind neue köstliche Kekse entstanden, die sicher auch bei Ihnen Anklang finden werden!

Viel Spaß beim Kekserbacken und Genießen!



■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Tipps und Informationen rund ums Kekserlbacken

Zutaten

- Probieren Sie, bei Ihren herkömmlichen Kekszerepten den Zuckeranteil zu verringern. Die Weihnachtskekserl schmecken ausreichend süß, wenn die Zuckermenge um ca. ein Viertel reduziert wird.
- Bei Mürbteigen lässt sich Weißmehl mindestens zur Hälfte durch Vollkornmehl ersetzen. Viele Kekse gelingen auch dann, wenn zur Gänze Vollkornmehl verwendet wird.
- Wir verwenden in unseren Rezepten „Dinkelvollkornmehl“. Dies wird im Handel auch „Dinkelvollmehl“ genannt.
- Wird geriebene Zitronen- oder Orangenschale verwendet, soll diese immer von unbehandelten, eventuell auch Bio-Zitronen oder -Orangen stammen.
- Statt Butter, wie in unseren Rezepten angegeben, kann auch Margarine verwendet werden.



Zubereiten

- Der Mürbteig wird folgender Maßen zubereitet: Mehl mit Backpulver, Gewürzen und Zucker (wenn angegeben auch Nüsse) vermengen. Butter in Flöckchen darauf verteilen und mit den trockenen Zutaten verbröseln. Eine Mulde formen, das Ei oder den Dotter und die angegebene Flüssigkeit (Rum, Likör, Milch, etc.) hinein geben und rasch zu einem glatten Teig verkneten.
- Mürbteig möglichst kühl verarbeiten, das heißt, kalte Butter bzw. Margarine verwenden.
- Sind die Zutaten für den Mürbteig zu warm oder wird er zu lange geknetet, wird der Teig „brandig“ und reißt beim Ausrollen.
- Ist der Teig zu bröselig, können ein bis zwei Esslöffel Obers oder Milch eingearbeitet werden.
- Die meisten Mürbteige müssen mindestens eine Stunde im Kühlschrank rasten. Eine Viertelstunde vor dem Verarbeiten soll der Teig aus dem Kühlschrank genommen werden, damit er sich besser durchkneten und ausrollen lässt.
- Beim Ausrollen auf der Arbeitsfläche nicht zu viel Streumehl einarbeiten, sonst wird der Teig zu bröselig.
- Germteige können Sie zugedeckt zum „Gehen lassen“ ins ca. 30 bis 40 Grad warme Backrohr stellen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Backen und ausfertigen

- Backpapier erleichtert das Arbeiten und Backen!
- Backrohr rechtzeitig vorheizen!
- Die angegebenen Backzeiten können variieren, daher immer „auf Sicht“ backen!
- Verwenden Sie zum Zusammensetzen der Kekse fein passierte Marmelade. Diese wird mit etwas Rum glatt gerührt. Ausnahme für Kinder: Marmelade mit heißem Wasser glatt rühren.



Glasuren

Zitronenglasur

Vier bis sechs Esslöffel Staubzucker mit Zitronensaft glatt rühren.

Schokoladeglasur

80 Gramm Schokolade mit ca. 40 Gramm Butter im Wasserbad erweichen und gut verrühren.

Rumglasur

Sechs Esslöffel Staubzucker mit zwei bis drei Esslöffeln Rum glatt rühren.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Kekse zum Ausstechen

Kürbiskernkekse

230 g Dinkelvollkornmehl
150 g Butter
90 g Staubzucker
1 Dotter
1 Ei
180 g sehr fein gemahlene Kürbiskerne (eventuell
doppelt vermahlen)
1 EL Rum
1 Pkg. Vanillezucker
1 Prise Salz, Zimt, Zitronenschale



Zum Füllen: Ribiselmarmelade, zum Tunken: Schokoladeglasur

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und eine Stunde kühl rasten lassen. Den Teig (er bleibt eher weich) auf einer bemehlten Arbeitsplatte ausrollen, beliebige Kekformen ausstechen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 170 Grad ca. zehn Minuten backen.

Ausgekühlt jeweils ein Keks mit Ribiselmarmelade bestreichen und ein zweites darauf setzen. Das Gebäck mit Schokoladeglasur verzieren oder bis zur Hälfte eintunken.

Variante:

Stechen Sie bei der Hälfte der Kekse ein Loch aus, bestreichen Sie diese mit verquirltem Ei und bestreuen Sie sie mit grob geriebenen Kürbiskernen. Nach dem Backen die ungelochten Kekse mit Marmelade bestreichen und mit den gelochten Keksen zusammensetzen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Linzer Augen

250 g Dinkelvollkornmehl
150 g Butter
50 g Staubzucker
2 Dotter
1 Prise Salz, 1 TL Vanillezucker, Zitronenschale

Zum Füllen: Ribiselmarmelade,
zum Bestreuen: Staubzucker



Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte ausrollen und daraus „Linzer Augen“ ausstechen. Die Kekse auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad zwölf bis fünfzehn Minuten backen. Die ausgekühlten Kekse mit Marmelade zusammensetzen und mit Staubzucker bestreuen.

Nuss-Dinkelkekse

300 g Dinkelvollkornmehl
1 TL Backpulver
150 g Butter
80 g Staubzucker
1 Ei
60 g gemahlene Nüsse
1 Prise Salz, Zimt, Zitronenschale
1 EL Rum



Zum Bestreichen: versprudelttes Ei, zum Bestreuen: Mandelblättchen,
zum Füllen: Ribiselmarmelade

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte ausrollen und beliebige Formen ausstechen. Die Hälfte der Kekse mit Ei bestreichen und mit Mandelblättchen bestreuen. Die Kekse auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad zehn bis fünfzehn Minuten backen. Je ein Keks mit und eines ohne Mandelblättchen mit Ribiselmarmelade zusammensetzen.

Variante:

Runde Kekse mit maximal drei Zentimeter Durchmesser ausstechen und backen. Je zwei Kekse mit Haselnusscreme zusammensetzen. Den Rand durch zerlassene Schokolade und geriebene, angeröstete Haselnüsse rollen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Lebkuchen zum Ausstechen

250 g Dinkelvollkornmehl
50 g Roggenvollkornmehl
50 g Butter
250 g Honig
2 Eier
10 g Natron
10 g Lebkuchengewürz
1 Prise Salz
Zitronen- und Orangenschale
1 EL Rum



Zum Glasieren: Zitronen- oder Schokoladeglasur

Honig mit Butter leicht erwärmen und mit den restlichen Zutaten verrühren. Diesen sehr weichen Teig mit Frischhaltefolie zudecken und im Kühlschrank über Nacht rasten lassen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte kurz durchkneten (er bleibt relativ weich) und ca. einen halben Zentimeter dick ausrollen. Figuren ausstechen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad ca. zehn Minuten backen. Die ausgekühlten Kekse mit Zitronen- oder Schokoladeglasur bestreichen.

Kokosbäumchen

150 g Dinkelvollkornmehl
70 g glattes Mehl
1 TL Backpulver
150 g Butter
70 g Staubzucker
1 Ei
100 g Kokosflocken
2 EL Milch oder Rum
1 Prise Salz



Zum Füllen: Ribisel- oder Marillenmarmelade, zum Überziehen: Schokoladeglasur, zum Bestreuen: Kokosflocken

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsplatte ausrollen. Mit drei unterschiedlich großen Sternausstechern Kekse ausstechen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad ca. zehn Minuten backen. Jeweils drei ausgekühlte Sterne in unterschiedlicher Größe mit Marmelade zu einem Bäumchen zusammensetzen. Diese werden mit Hilfe eines Löffels mit Schokoladefäden überzogen und mit Kokosflocken bestreut.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Kartoffelteigherzerl

250 g mehlig Kartoffeln
270 g Dinkelvollkornmehl
2 TL Backpulver
100 g Butter
100 g Staubzucker
2 Eier
1 gestrichener TL Salz
1 TL Vanillezucker
Zitronenschale



Zum Glasieren: Zitronenglasur

Die Kartoffeln kochen, schälen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die ausgekühlten Kartoffeln mit den restlichen Zutaten rasch zu einem weichen Mürbteig verarbeiten und zwei Stunden kühl rasten lassen. Den Teig (bleibt relativ weich) nicht zu dünn auf einer gut bemehlten Arbeitsplatte ausrollen. Herzen ausstechen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad zehn bis fünfzehn Minuten backen. Die ausgekühlten Kekse mit Zitronenglasur bestreichen.

Nervenkekse

250 g Dinkelvollkornmehl
1 TL Backpulver
130 g Butter
100 g Staubzucker
1 Ei
25 g geriebene Haselnüsse (oder Mandeln)
12 g Hildegard-Gewürzmischung für Nervenkekse
1 Prise Salz, Zitronenschale



Zum Bestreichen: versprudelttes Ei, zum Bestreuen: Mandelblättchen

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte ausrollen, Formen ausstechen, mit Ei bestreichen, mit Mandelblättchen bestreuen und auf ein vorbereitetes Backblech legen. Bei 180 Grad ca. 15 Minuten backen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Kipferl & Stangerl

Mandelstangerl

200 g Dinkelvollkornmehl
100 g Butter
80 g Staubzucker
2 Dotter
100 g Mandelstifte
ca. 1 – 2 EL kalte Milch
1 Prise Salz, Zimt, Zitronenschale



Eventuell zum Zusammensetzen: Ribiselmarmelade,
zum Tunken: Schokoladeglasur

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Aus dem Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsplatte längliche Rollen formen und mit der Teigkarte kleine Stücke abstechen. Mit der flachen Hand ca. vier Zentimeter lange Stangerl formen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad ca. zehn Minuten backen. Die ausgekühlten Mandelstangerl mit den Enden in Schokoladeglasur tauchen. Auf Wunsch können jeweils zwei Stangerl vorher mit Marmelade zusammengesetzt werden.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Vanillekipferl

210 g Dinkelvollkornmehl
150 g Butter
50 g Staubzucker
1 Pkg. Vanillezucker
1 Dotter
70 g geriebene Mandeln
1 Prise Salz



Zum Bestreuen: ca. 70 g Staubzucker mit
1 Pkg. Vanillezucker vermischen

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Aus dem Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsplatte längliche Rollen formen und mit der Teigkarte kleine Stücke abstechen. Mit der flachen Hand ca. vier Zentimeter lange Rollen formen und zu Kipferln biegen. Auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad ca. zehn bis zwölf Minuten backen.

Die noch heißen Kipferln mit dem vanillierten Staubzucker bestreuen und überkühlen lassen.

Klosterkipferl

300 g Dinkelvollkornmehl
150 g Butter
80 g Staubzucker
2 Dotter
80 g geriebene Haselnüsse
80 g geriebene Schokolade
1 Prise Salz
2 EL Rum



Zum Tunken: Schokoladeglasur oder weiße Kuvertüre,
eventuell zum Zusammensetzen: Ribiselmarmelade

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Aus dem Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsplatte längliche Rollen formen und mit der Teigkarte kleine Stücke abstechen. Mit der flachen Hand ca. vier Zentimeter lange Rollen formen und zu Kipferln biegen. Auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad ca. zehn Minuten backen.

Die ausgekühlten Kipferln mit den Enden in Schokoladeglasur tauchen. Auf Wunsch können auch jeweils zwei Kipferln vorher mit Marmelade zusammengesetzt werden.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Busserl, Krapferl und Cookies

Bauernbrotlaibchen

2 Dotter
160 g Kokosflocken
80 g Schokolade gerieben
60 g Walnüsse gerieben
2 EL Rum
2 Eiklar
100 g Kristallzucker
1 Prise Salz



Zum Wälzen: etwas Staubzucker mit Vanillezucker vermengt

Dotter mit Kokosflocken, Schokolade, Nüssen und Rum in einer Schüssel verrühren. Eiklar mit Salz zu Schnee schlagen und dabei Kristallzucker einrieseln lassen. Den Schnee unter die Kokosmasse heben. Kleine Kugeln formen und in vanilliertem Staubzucker wälzen. Auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad ca. zehn bis fünfzehn Minuten backen.

Sandgebäck

200 g Dinkelvollkornmehl
120 – 130 g glattes Mehl
(je nach Spritzfähigkeit des Teiges)
250 g Butter
100 g Staubzucker
1 Ei
1 Dotter
1 EL Rum
1 Prise Salz, 1 TL Vanillezucker, Zitronenschale



Zum Zusammensetzen: Ribisel- oder Marillenmarmelade, zum Tunken: Schokoladeglasur

Butter und Zucker schaumig rühren. Dotter und Ei einrühren, die Mehle und die Geschmackszutaten unterheben. Die Masse 30 Minuten kalt rasten lassen.

Mit einem Spritzsack kleine Krapferl, Kipferl oder Stangerl auf ein vorbereitetes Backblech dressieren und bei 180 Grad ca. zwölf Minuten backen.

Das ausgekühlte Gebäck mit Marmelade zusammensetzen. Die Enden eventuell noch in Schokoladeglasur tauchen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Schoko-Cookies

200 g Dinkelvollkornmehl
½ TL Backpulver
100 g zimmerwarme Butter
80 g Staubzucker
1 Ei
150 g grob gehackte Milkschokolade oder dunkle Schokolade
1 Prise Salz, Zimt, 1 TL Vanillezucker
1 EL Rum



Butter mit Zucker, Ei und den Gewürzen schaumig rühren. Das mit Backpulver vermischte Mehl und die gehackte Schokolade einrühren. Mit einem Teelöffel Gupferl auf ein vorbereitetes Backblech setzen – dabei Abstand lassen, da die Cookies auseinander fließen. Die Kekse bei 180 Grad ca. zehn Minuten backen (Ränder müssen hellbraun sein).

Tip: Diese Cookies sind größere Kekse, die nicht zu lange gebacken werden dürfen, damit sie einen weichen Kern behalten.

Cranberry-Cookies

150 g Dinkelvollkornmehl
100 g glattes Mehl
½ TL Backpulver
180 g Butter
140 g Staubzucker
2 Eier
100 g Schokolade
50 g Walnüsse
50 g Mandeln
70 g getrocknete Cranberries
120 g kernige Haferflocken
3 – 4 EL Milch
1 Prise Salz, Zimt, Zitronenschale



Zum Bestreuen: Cranberries grob geschnitten

Schokolade, Cranberries und Nüsse grob hacken. Butter mit Zucker und den Eiern schaumig rühren. Die Mehle mit dem Backpulver vermischen. Alle Zutaten mit einem Kochlöffel verrühren, mit einem Teelöffel kleine Häufchen auf ein vorbereitetes Backblech setzen und mit Cranberries bestreuen. Bei 180 Grad zwölf bis fünfzehn Minuten backen.

Tip: Statt Cranberries können auch andere Trockenfrüchte verwendet werden.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Haferflockenbusserl

100 g Haferflocken
50 g Dinkelvollkornmehl
1 Msp. Backpulver
80 g Butter
80 g Staubzucker
1 Ei
50 g geriebene Haselnüsse
1 Prise Salz, Zimt, Zitronenschale
1 TL Vanillezucker
eventuell 1 TL Milch



Zum Garnieren: Haselnusskerne

Haferflocken und Haselnüsse ohne Fett bei geringer Hitze in einer Pfanne leicht anrösten und auskühlen lassen. Butter, Ei und Zucker schaumig rühren und mit den restlichen Zutaten gut vermischen. Mit zwei Teelöffeln Busserl auf ein vorbereitetes Backblech setzen. Jedes Busserl mit einem Haselnusskern verzieren und bei 180 Grad ca. 15 Minuten backen.

Husarenkrapferl

150 g Dinkelvollkornmehl
50 g glattes Mehl
140 g Butter
80 g Staubzucker
2 Dotter
80 g fein gemahlene Mandeln
1 Pkg. Vanillezucker
1 Prise Salz
Zitronenschale



Zum Bestreichen: versprudeltes Ei, zum Bestreuen: 30 g gehackte Mandeln
zum Füllen: Ribiselmarmelade

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Danach kleine Kugeln formen und auf ein vorbereitetes Backblech setzen. In die Mitte der Kugeln mit einem Kochlöffelstiel ein Loch eindrücken, mit versprudelmtem Ei bestreichen und mit gehackten Mandeln bestreuen. Bei 180 Grad ca. zwölf Minuten backen. Marmelade mit einem Spritzsack in die Vertiefung der ausgekühlten Kekse spritzen und trocknen lassen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Rosinen-Makronen

2 Eiklar
100 g Kristallzucker
150 g grob gehackte Walnüsse
50 g Rosinen
ca. 2 EL Rum
1 Prise Salz, Zimt

Zum Verzieren: Schokoladeglasur



Rosinen klein hacken und ca. zwei bis drei Stunden in Rum einweichen. Eiklar mit Salz und Zucker zu steifem Schnee schlagen. Walnüsse und Rosinen mit einem Kochlöffel unterheben. Die Makronenmasse in einen Spritzsack mit glatter Tülle füllen und Gupferl auf ein vorbereitetes Backblech spritzen. Im vorgeheizten Backrohr bei 130 Grad ca. 30 Minuten trocknen. Die Makronen mit Hilfe eines Löffels mit Schokoladefäden überziehen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

und weitere ...

Nusstaler

120 g ganze Haselnüsse
200 g Dinkelvollkornmehl
60 g Maizena
1 TL Backpulver
120 g Butter
100 g Staubzucker
1 Pkg. Vanillezucker
1 Ei
1 Prise Salz, Zimt, Zitronenschale
eventuell einige Tropfen Bittermandelöl



Die Haselnüsse anrösten bis sie duften und auskühlen lassen. Aus den restlichen Zutaten einen Mürbteig bereiten. Zuletzt die ausgekühlten ganzen Nüsse einkneten. Aus dem Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsplatte drei Rollen mit ca. zweieinhalb Zentimeter Durchmesser formen, einzeln in Frischhaltefolie wickeln und für ca. zwei Stunden in den Tiefkühler legen. Die Rollen mit einem scharfen Messer in halbzentimeterdicke Scheiben schneiden und auf ein vorbereitetes Backblech legen. Die Taler bei 180 Grad zehn bis zwölf Minuten backen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Cantuccini

120 g Dinkelvollkornmehl
120 g glattes Mehl
½ TL Backpulver
100 g Staubzucker
2 Eier
1 Dotter
150 g ganze Mandeln
1 Prise Salz
1 Prise Zimt oder Lebkuchengewürz
1 EL Rum



Zum Bestreichen: versprudeltes Ei

Die Mandeln anrösten bis sie duften und auskühlen lassen. Zucker, Dotter und Eier dickcremig aufschlagen. Die Mehle zusammen mit Backpulver, Salz, Zimt und Rum unterrühren. Die ganzen Mandeln in den Teig einarbeiten.

Aus dem relativ weichen Teig auf einer gut bemehlten Arbeitsplatte drei Rollen formen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und mit versprudelttem Ei bestreichen. Bei 190 Grad ca. 15 Minuten hellbraun backen und kurz überkühlen lassen. Anschließend schräg in knapp ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Cantuccini auf dem Blech verteilen und bei 170 Grad ca. 15 Minuten fertig backen. Diese Kekse sind sehr knackig!

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Nussschnecken

Für den Teig:

250 g Dinkelvollkornmehl
1 TL Backpulver
50 g Butter
50 g Staubzucker
1 Ei
eventuell 1 EL Milch
1 Prise Salz, Zimt, Zitronenschale
1 TL Vanillezucker



Für die Fülle:

30 g geriebene Haselnüsse, 30 g Kristallzucker, 1 TL Zimt

Zum Bestreichen: versprudelttes Ei, zum Glasieren: eventuell Zitronenglasur

Für die Fülle die Haselnüsse in einer Pfanne anrösten bis sie duften und auskühlen lassen. Mit Kristallzucker und Zimt vermischen.

Für den Teig alle Zutaten gut verkneten (kein Rasten notwendig). Den Teig halbieren und auf einer bemehlten Arbeitsplatte zu zwei Rechtecken von ca. 20 x 15 Zentimeter ausrollen. Diese mit Ei bestreichen. Die Fülle so darauf verteilen, dass an den oberen Längskanten zwei Zentimeter frei bleiben. Die Teigplatten nun von der unteren Längsseite her eng einrollen, zuletzt noch gut andrücken. Beide Rollen in Frischhaltefolie verpackt für eine Stunde in den Tiefkühler legen. Aus den Rollen halbzentimeterdicke Scheiben schneiden, auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad zehn bis zwölf Minuten backen. Die ausgekühlten „Schnecken“ eventuell mit Zitronenglasur bestreichen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Orangen-Schokolade-Zungen

140 g Dinkelvollkornmehl
60 g glattes Mehl
60 g Maizena
1 TL Backpulver
120 g Butter
80 g Staubzucker
1 TL Vanillezucker
1 Ei
Schale von einer Orange
100 g Schokolade
1 Prise Salz



Schokolade in kleine Stücke hacken und mit den restlichen Zutaten rasch zu einem Mürbteig verarbeiten. Aus dem Teig zwei Rollen mit ca. drei Zentimeter Durchmesser formen. Die Rollen etwas flach drücken und ca. eine Stunde kühl rasten lassen. Danach in drei bis vier Millimeter dicke Scheiben schneiden (ähnlich Zungen), mit genügend Abstand auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 180 Grad zehn bis fünfzehn Minuten backen.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Schokolebkuchen

Für ein kleines oder ein halbes großes Blech:

- 150 g Dinkelvollkornmehl
- ½ TL Backpulver
- 100 g Staubzucker
- 4 Dotter
- 100 g zerlassene Schokolade
- 140 g geriebene Nüsse
- 140 g gehackte Nüsse
- 100 g fein geschnittene Trockenfrüchte
- 1 EL Rum
- 1 – 2 TL Lebkuchengewürz
- Schale von einer halben Orange
- 4 Eiklar
- 20 g Kristallzucker
- 1 Prise Salz



Zum Glasieren: Rumglasur

Eiklar mit Salz und Kristallzucker zu Schnee schlagen. Die Dotter mit Staubzucker, Geschmackszutaten und Rum sehr schaumig rühren. Die Schokolade einrühren. Nüsse, Trockenfrüchte, Mehl mit Backpulver und Schnee unterheben. Die Masse gut zwei Zentimeter dick auf ein vorbereitetes Backblech aufstreichen und bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen.

Den ausgekühlten Lebkuchen mit Rumglasur bestreichen und in kleine Stücke schneiden.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Gefüllter Lebkuchen

Teig vom Rezept „Lebkuchen zum Ausstechen“

Fülle:

100 g Marillenmarmelade
100 g geriebene Haselnüsse
100 g Rosinen in etwas Rum eingeweicht
100 g Aranzini und Zitronat gemischt
Zimt, Zitronenschale



Zum Bestreichen: versprudeltes Ei, zum Belegen: geschälte, halbierte Mandeln,
zum Tunken: eventuell Schokoladeglasur

Den Teig zubereiten und über Nacht rasten lassen (siehe Rezept „Lebkuchen zum Ausstechen“).

Am nächsten Tag alle Zutaten für die Fülle vermischen. Die Hälfte des Teiges auf einem Backpapier ca. halbzentimeterdick zu einem Quadrat ausrollen, auf ein Backblech heben und mit der Fülle bestreichen. Die zweite Hälfte des Teiges auf einer bemehlten Arbeitsplatte gleich groß ausrollen, über die Fülle legen und mit versprudetem Ei bestreichen. Auf der Teigplatte mit einem Lineal ca. drei Zentimeter große Quadrate markieren und jeweils in die Mitte der Quadrate eine halbierte Mandel legen. Bei 170 Grad 15 bis 20 Minuten backen. Den ausgekühlten Lebkuchen schneiden. Je nach Wunsch können die Ränder der Lebkuchenstücke in Schokoladeglasur getaucht werden.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Stollen und Weihnachtliche Brote

Apfelbrot

750 g Äpfel
250 g gemischtes Dörrobst
120 g Rosinen
120 g Walnüsse
2 TL Lebkuchengewürz
1 – 2 EL Rum
Saft von 1 Zitrone, Zitronen- und Orangenschale

250 g Dinkelvollkornmehl
250 g glattes Mehl
1 Pkg. Backpulver
120 g Staubzucker
1 TL Salz

Das Dörrobst klein schneiden, die Nüsse grob hacken. Die Äpfel grob raspeln und mit Zitronensaft beträufeln. Rum und Gewürze zugeben und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Am nächsten Tag die Mehle, Backpulver, Staubzucker und Salz vermischen und unter die Fruchtmasse kneten. Diese weiche Masse in eine mit Backpapier ausgekleidete Kastenform (oder eventuell zwei kleine Kastenformen) füllen und bei 160 Grad eine dreiviertel bis eine Stunde backen (je nach Größe der Kastenform).

Hinweis: Die Haltbarkeit des Apfelbrotes ist begrenzt. Essen Sie es daher rasch auf oder frieren Sie es auf Vorrat ein.



■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Kletzenbrot

Für die Dörrobstmischung:

200 g Kletzen
100 g Datteln
200 g Dörropflaumen
100 g getrocknete Marillen
200 g Rosinen
100 g Haselnüsse
100 g Walnüsse
10 cl Rum
1 Schuss Orangenlikör
Zitronen- und Orangenschale
1/8 l Wasser
1 TL Zimt, 1 TL Lebkuchengewürz
eventuell 1 TL frischer Ingwer



Für den Teig:

250 g Dinkelvollkornmehl
20 g frische Germ
1/8 l warme Milch
1 EL Kristallzucker
1/2 TL Salz

Das Dörrobst kleinwürfelig schneiden, die Nüsse grob hacken. Alle Zutaten für die Dörrobstmischung vermengen und über Nacht ziehen lassen.

Am nächsten Tag die frische Germ in etwas lauwarmen Milch auflösen und mit einem Esslöffel Mehl und einer Prise Zucker zu einem Dampfl rühren. Dieses ca. 20 Minuten aufgehen lassen. Mehl mit Zucker und Salz in einer Schüssel vermengen, Dampfl dazugeben und mit der Milch zu einem Teig verkneten. Die Dörrobstmischung einkneten (ist die Masse zu weich, eventuell noch etwas Mehl zufügen).

Den Teig zu einer Kugel formen, zugedeckt mind. drei Stunden an einem warmen Ort aufgehen lassen (der Teig geht zwar nicht stark auf, wird aber lockerer). Anschließend durchkneten, vier kleine Striezerl formen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und wieder gut eine Stunde an einem warmen Ort aufgehen lassen.

Die Striezerl zehn Minuten bei 170 Grad anbacken und dann bei 160 Grad ca. 25 Minuten fertig backen. Die fertigen Kletzenbrote auskühlen lassen, in Frischhaltefolie wickeln und einige Tage rasten lassen, bevor sie angeschnitten werden.

■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Topfenstollen

150 g Dinkelvollkornmehl
100 g glattes Mehl
½ Pkg. Backpulver
120 g Magertopfen
70 g Butter
50 g Staubzucker
1 Ei
1 Prise Salz
1 TL Zimt
Zitronenschale, eventuell Orangenschale
einen guten Schuss Rum

Und als Geschmackszutaten:

60 g Rosinen in Rum eingeweicht, 80 g grob gehackte Nussmischung und 80 g Aranzini **oder**
150 g gemischte, fein geschnittene Trockenfrüchte (wie Marillen, Datteln, Ananas, ...) in geschmacklich passenden Likören eingeweicht.

Zum Bestreichen: 20 – 30 g zerlassene Butter,
zum Bestreuen: ca. 20 g Staubzucker
mit 1 TL Vanillezucker gemischt

Die Mehle mit Backpulver, Gewürzen, Salz und Staubzucker vermengen. Die klein geschnittene Butter mit dem Ei und dem Topfen unterkneten, zuletzt die Geschmackszutaten einarbeiten. Die Masse sollte nicht zu fest werden und sich gut formen lassen.

Aus dem Teig einen Weihnachtsstollen formen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und bei 160 Grad ca. 40 Minuten backen.

Der heiße Stollen wird mit zerlassener Butter bestrichen und mit vanilliertem Staubzucker bestreut.

Tipp zum Stollen formen:

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte oval ca. drei Zentimeter dick ausrollen. Dabei die Mitte etwas dünner halten als die Längskanten. Eine Längskante zur Mitte hin einschlagen und mit dem Nudelholz andrücken.



Stollen formen:



■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Weihnachtsstollen

Für 2 Stollen:

250 g Dinkelvollkornmehl
250 g glattes Mehl
140 g zimmerwarme Butter in kleine Flöckchen
geschnitten
60 g Staubzucker
2 Dotter
20 g frische Germ
ca. 200 - 250 ml lauwarme Milch
1 gestrichener TL Salz
1 TL Vanillezucker
etwas geriebene Zitronen- und Orangenschale
1 TL Zimt
1 Prise Kardamom
140 g klein gehackte Aranzini und Zitronat
150 g Rosinen (über Nacht in 2 EL Rum eingelegt)
40 g Mandelstifte



Zum Bestreichen: 20 – 30 g zerlassene Butter, zum Bestreuen: ca. 20 g Staubzucker mit 1 TL Vanillezucker gemischt

Frische Germ in etwas lauwarmen Milch auflösen und mit einem Esslöffel Mehl und einer Prise Zucker zu einem Dampfl rühren. Dieses ca. 20 Minuten aufgehen lassen. Mehle in eine Schüssel geben, Dampfl und die restlichen Zutaten (bis auf Aranzini, Zitronat, Rosinen und Mandelstifte) dazugeben und zu einem weichen Teig verkneten. Den Teig zudecken und an einem warmen Ort so lange aufgehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat (dauert ca. zwei Stunden).

In den aufgegangenen Teig Rosinen, Zitronat, Aranzini und Mandelstifte einarbeiten und nochmals durchkneten. Wieder eine halbe Stunde rasten lassen.

Aus dem Teig zwei Stollen formen, auf ein vorbereitetes Backblech legen und nochmals an einem warmen Ort ca. eine Stunde aufgehen lassen. Bei 160 Grad 30 bis 40 Minuten backen.

Noch heiß mit zerlassener Butter bestreichen, mit vanilliertem Staubzucker bestreuen und auskühlen lassen. In Klarsichtfolie einwickeln und einige Tage rasten lassen, bevor sie angeschnitten werden.

Stollen formen: siehe Seite 24

Weihnachtlicher Nusskranz aus Topfen-Germteig

Für den Teig:

- 150 g Dinkelvollkornmehl
- 150 g glattes Mehl
- 100 g Topfen
- 80 g Staubzucker
- 2 Dotter
- 25 g frische Germ
- gut 100 ml Milch
- ½ TL Salz
- 1 TL Lebkuchengewürz
- 1 TL Vanillezucker
- 2 EL Rum, Zitronen- und Orangenschale

Für die Fülle:

- 120 g geriebene Haselnüsse
- 120 g geriebene Walnüsse
- 80 g Staubzucker
- 2 Eiklar
- 1 EL Orangenlikör oder -saft
- 2 EL Rosinen in etwas Rum eingeweicht
- 1 TL Vanillezucker, ½ TL Zimt
- Zitronen- und Orangenschale

Zum Bestreichen: versprudelttes Ei

Zum Glasieren: 2 EL heiße Marillenmarmelade und Zitronenglasur

Frische Germ in etwas lauwarmer Milch auflösen und mit einem Esslöffel Mehl und einer Prise Zucker zu einem Dampfl rühren. Dieses ca. 20 Minuten aufgehen lassen. Mehle, Staubzucker und Gewürze vermengen, mit Topfen, Dotter, Rum, lauwarmer Milch und dem Dampfl zu einem weichen Germteig verkneten. Den Teig zudecken und an einem warmen Ort so lange aufgehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.

Für die Fülle alle Zutaten zu einer streichfähigen Masse vermischen.



■ WEIHNACHTSBÄCKEREI – BEWUSST KÖSTLICH

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte zu einem Rechteck ausrollen, den oberen Rand zwei Zentimeter breit mit Ei bestreichen. Die Fülle auf den Rest des Rechtecks gleichmäßig verteilen. Den Teig zu einem Strudel einrollen, zu einem Kreis zusammenführen und die Enden überlappend ineinander stecken. Auf ein vorbereitetes Backblech legen, mit Ei bestreichen und mit einem Messer im Abstand von drei Zentimeter fast bis zur Mitte einschneiden. Die entstehenden Scheiben etwas auseinander ziehen (siehe Bild). Den Strudel an einem warmen Ort so lange aufgehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat. Anschließend bei 160 Grad ca. 30 bis 40 Minuten backen. Den überkühlten Kranz mit heißer Marmelade bestreichen und mit Zitronenglasur überziehen.

Tipp: Der Kranz nimmt im Ofen schnell Farbe an. Decken Sie den Kranz einfach mit einer Alufolie ab und backen Sie ihn fertig. Frisch schmeckt der Kranz am besten.

Besuchen Sie unser Online-Magazin:
www.FORUMGesundheit.at
Unsere Leistungen: www.oogkk.at

OÖ  GKK
FORUM GESUNDHEIT
Wir leisten Gesundheit

Für den Inhalt verantwortlich: Helga Bammer und Sylvia Hohenwarter, Diätologinnen des Hanuschhofes
OÖ Gebietskrankenkasse, Gruberstraße 77, 4021 Linz.