



Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

700 g	Mehl (glatt)
1 Pkg.	Trockengerm
250 ml	Milch
80 g	Butter
4	Eier
1	Eidotter
1 TL	Salz
80 g	Zucker
2 EL	Vanillezucker
1	Zitronenschale unbehandelt, abgerieben
1 Schuss	Rum (60 %)
1	Marillenmarmelade

Mein persönlicher Tipp

Die Krapfen in einer Fritteuse backen, so kann die Frittierfett Temperatur leichter gesteuert werden.



Elisabeth Heidegger

Referentin für Ernährung in St. Pölten,
LK NÖ

Bauernkrapfen



Foto: Heidegger/LK Niederösterreich - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

Eier aufschlagen und mit Salz, Zucker, Vanillezucker, fein geriebene Zitronenschale und etwas Rum mit einem Schneebesen verrühren. Ca. 30 bis 45 Minuten stehen lassen. Tipp: So bekommt der Krapfen eine schönere Teigfarbe. Milch erwärmen und die Butter darin auflösen. Mehl und Trockengerm vermengen und alle restlichen Zutaten in der Küchenmaschine ca. 10 Minuten zu einem weichen Teig verkneten, abdecken und ca. 30 Minuten gehen lassen. Danach den Teig kurz zusammenfalten, 50 g schwere Teigstücken auswiegen und rund schleifen. Die Teiglinge abdecken und für ca. 20 bis 30 Minuten auf einem warmen Platz gehen lassen bis sie doppelt so groß sind. Den Krapfen in der Mitte mit einem Glas oder einem Stempel eindrücken, leicht mit den Fingern auseinander ziehen und mit der Oberseite nach unten die Krapfen in das heiße Frittierfett bei 160 °C einlegen und mit einem Deckel zudecken. Nach vier Minuten den Deckel entfernen, die Krapfen wenden, nicht mehr zudecken und weitere 4-5 Minuten fertig frittieren. Tipp: Dann nochmals wenden, damit die Oberfläche ein zweites Mal für ca. 1 Minute nachgebacken wird. Das verhindert das „Runzeligwerden“ der Krapfen Oberfläche. Die Krapfen mit einer Zange aus dem Fett nehmen und mit der oberen Seite nach unten auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Die Krapfen mit Staubzucker bestreuen und mit Marillenmarmelade füllen.