



Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

anspruchsvoll

Zutaten:

| | |
|---------|----------------|
| 90 dag | Mehl |
| 25 dag | Butter |
| 0,75 l | Milch |
| 4 Stk. | Eidotter |
| 1 EL | Schmalz |
| 1 Prise | Salz |
| 1 TL | Zucker |
| 1 EL | Rum (38 %) |
| 1 EL | Essig |
| 20 Stk. | Äpfel |
| | Zimt, gemahlen |
| | Zucker |

Dieses traditionelle regionale Schmalzgebäck aus dem Seewinkel gehört zu den Brauchtumsspeisen und wurde früher zu Weihnachten serviert. Kombiniert mit einer saisonalen Gemüsesuppe passt es aber für den fleischlosen Freitag genauso wie für jedes Festtagsessen.:)

Friederike Schmitl

Referentin für Ernährung in Eisenstadt

Quellen:

- Theresia Michlits:
Rezept aus Bäuerinnenkochkurs

(Apfel) - Balasn

regionales Schmalzgebäck im Seewinkel

Zubereitung

Fülle (vor dem Teig zubereiten!) für ca. 40 Stück

- Ca. 20-25 heimische Äpfel mit oder ohne Schale reißen
- Zimt und Zucker dazumischen (wie bei einem Apfelstrudel)
- In einem Sieb abtropfen lassen

Teig für ca. 40 Stück

- Aus den Zutaten einen mittelfesten Teig kneten.
- Diesen nicht rasten lassen, sondern gleich weiterverarbeiten.
- Den Teig auf vier Portionen aufteilen und zu Kugeln formen.
- Zwei Kugeln getrennt bis auf einen Durchmesser von ca. 50-60 cm messerrückendick auswälken.
- Mit einem Häferl (ca. 10 cm Durchmesser) auf dem Teig Kreise markieren (ca. 16 Kreise).
- In die Mitte der Kreise 1-2 gehäufte Esslöffel Fülle geben.
- Entlang der Kreismarkierung daumenbreit Eiklar aufstreichen (Kleber).
- Den zweiten ausgewalkten Teig darüberlegen und die Ränder rund um die Fülle gut andrücken.
- Die Balasn mit einem gewellten Teigrad ausradeln.
- Die Teigkugeln 3 und 4 genauso verarbeiten, ebenso die Teigreste.

Herausbacken und Servieren

- Die Balasn in Öl oder Butterschmalz schwimmend goldgelb herausbacken.
- Dabei mit der Oberseite zuerst ins Fett geben und dann wenden.
- Mit Zucker bestreut warm servieren.



Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landesförderfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gemeinden

