



**Kochdauer:**

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten:**

- 1 kg Roggenmehl
- 20 g Salz
- 20 g Brotgewürz
- 370 ml Wasser
- 380 ml Milch
- 300 g Sauerteig
- Butterschmalz

**Mein persönlicher Tipp**

Diese können Sie sowohl zum Kaffee oder auch mit Sauerkraut als Hauptspeise reichen.



**Helga Holzer**  
Bäuerin aus St. Martin am  
Tennengebirge

**Lammertaler Dampflkrapfen**



Foto: Andrea Schilchegger - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- o Milch und Wasser mischen.
- o Alle Zutaten zu einem glatten mittelfesten Teig verarbeiten. Ca. 2 Stunden zugedeckt, gehen lassen.
- o Aus dem Teig runde dünne Kreise auswalken (ca. 15 cm Durchmesser und 2 mm dick).
- o In einer Pfanne mit heißem Butterschmalz schwimmend herausbacken.
- o Während des Backens die Pfanne immer wieder schütteln und den Krapfen umdrehen und mit Fett übergießen.

**Quellen:**



Helga Holzer: *Privatrezept*