



## SALZIGE DAMPFNUDELN

---

### Informationen:

- Für etwa 15 Dampfnudeln
- Kostet etwa 0,20 € pro Dampfnudel
- Die Zubereitungsdauer des Teiges liegt um die 3 Stunden
- Die Zubereitungsdauer der Dampfnudeln dauert dann nur noch 30-45 Minuten

### Nährwerte pro 100 g im Durchschnitt:

- Kcal: 260
- KJ: 1090
- Fett: 6,4 g
- KH: 42,4 g davon 2,5 g Zucker
- Eiweiß: 7,7 g

**Alle Angaben sind Zirka-Werte und ohne Gewähr.**

---

### Zutaten:

#### Für den Teig:

- 750 Weizenmehl Typ 405
- 470 l lauwarme Vollmilch
- 2/3 frische Hefe (rund 30 g)
- 1 TL Zucker
- 2 TL Salz
- Mehl für die Arbeitsfläche
- 1 Pfanne mit einem dicht schließenden Glasdeckel

### Zum Braten:

- 3 EL Butterschmalz
  - 3 TL Salz
  - Wasser
- 

### Zubereiten:

Das Wichtigste zum Anfang: wir benötigen eine Dampfnudelpfanne bzw. eine Pfanne mit einem dicht schließenden Deckel aus Glas. Wenn der Deckel nicht dicht auf der Pfanne sitzt, geht der Dampf verloren und das Gericht klappt nicht. Der Deckel sollte aus Glas sein, damit wir sehen, ob die Flüssigkeit verdampft ist und das Braten begonnen hat.

#### Den Vorteig herstellen und ruhen lassen:

- Fast das ganze Mehl in eine Schüssel sieben. Sollten Sie mit einer Küchenmaschine arbeiten, die automatisch den Teig knetet, das Mehl direkt in die Schüssel sieben, die zur Maschine gehört.
- In der Mitte der Schüssel das Mehl etwas nach außen schieben und so eine Mulde bilden.
- In die Mulde die frische Hefe bröseln.
- Über die Hefe den Zucker streuen.
- Über den Zucker 70 ml lauwarme Milch geben (somit haben wir 400 ml Milch übrig).
- Die Hefe-Zucker-Milch-Mischung vorsichtig mit einer Gabel leicht verrühren, so dass die 3 Zutaten miteinander in Kontakt kommen. NICHT das Mehl mit einrühren.
- Die Hefe-Zucker-Milch-Mischung mit dem restlichen Mehl bestreuen.
- Die Schüssel mit einem sauberen Küchentuch bedecken und den „noch nicht Teig“ (auch Vorteig genannt) an einem warmen Ort in der Küche/Wohnung rund 30 Minuten ruhen/gehen lassen.

#### Den Teig zur Kugel formen und ruhen lassen:

- Nach der Ruhezeit das Salz über die Zutaten streuen.
- Mit einem Rührgerät und dem Knetaken unter langsamem Hinzugeben der restlichen lauwarmen Milch rund 15 Minuten lang einen „glatten“ Teig herstellen.
- Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben.
- Den Teig aus der Schüssel nehmen, auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einer Kugel formen.
- Die Kugel wieder mit dem sauberen Küchentuch abdecken und den Teig 1 Stunde gehen/ruhen lassen.

#### Den Teig aufteilen und ruhen lassen:

- Nach der Ruhezeit den Teig zu einer Teigplatte von rund 2 cm Dicke formen.
- Einen Becher/Glas/Ausstechring in die Teigplatte drücken und runde Portionen mit etwa 7-8 cm Durchmesser ausstechen. Den Ausstechring immer vorher bemehlen, damit der Teig nicht kleben bleibt.
- Die Teiglinge mit 5 cm Abstand auf der bemehlten Arbeitsfläche verteilen, wieder mit dem sauberen Küchentuch abdecken und das Ganze wieder 30 Minuten gehen/ruhen lassen.

#### Die Dampfnudeln backen:

- Den Backofen auf 50°C Umluft vorheizen.
- In der Dampfnudelpfanne 1 EL Butterschmalz bei hoher Hitze zerlaufen lassen.
- Das Butterschmalz mit 1/2 TL Salz bestreuen.
- Die Dampfnudeln vorsichtig und zügig auf dem zerlaufenen Butterschmalz verteilen (je nach Größe 4-6 Dampfnudeln pro Pfanne). ACHTUNG, das Fett ist sehr heiß, es besteht Verbrennungsgefahr, also aufpassen!
- Jetzt am Rand der Pfanne so viel kaltes Wasser in die Pfanne geben, dass rund 1 cm Wasser in der Pfanne am Boden steht. Achtung es kann spritzen, wenn das kalte Wasser auf das heiße Fett trifft. Sofort den Deckel auf die Pfanne geben und die Herdplatte auf mittlere Hitze reduzieren. Bei mir reicht immer ein Kaffeebecher nicht ganz voll mit Wasser pro Vorgang.

- Die Dampfnudeln rund 12-15 Minuten zubereiten. Der heiße Dampf gart die Dampfnudeln (daher der Name). Wenn das Wasser verdampft ist, wird das salzige Fett die Kruste am Boden verursachen.
- Nach dem das Wasser verdampft ist, die Dampfnudeln etwa 2 Minuten im Fett braten.
- Während des Garens 1-2 mal die Pfanne MIT DEM DECKEL DRAUF kurz schwenken, damit das Kondenswasser, welches am Deckel haftet, wieder in die Pfanne läuft.
- Der Deckel darf während des gesamten Gar- und Bratvorgangs KEINENSFALLS abgenommen werden, sonst fallen die Dampfnudeln zu einem Klumpen zusammen. Der Deckel bleibt vom Anfang bis zum Ende auf der Pfanne.
- Wenn die Dampfnudeln fertig sind, also eine schöne Kruste haben, den Deckel abnehmen und die Dampfnudeln zum Verzehr freigeben. Da wir den Backofen vorgeheizt haben, können wir die Dampfnudeln auch auf einem Backblech im Backofen warmhalten, bis wir alle Dampfnudeln zubereitet haben und alle Dampfnudeln gemeinsam und gleichzeitig verzehrt werden können.
- Die Pfanne mit Küchenkrepp ausreiben und den Vorgang so oft wiederholen, bis alle Dampfnudeln zubereitet sind.
- Die Herdplatte also wieder auf hohe Hitze stellen und es geht von vorne los 😊