

Seelenfutter für graue Tage: Schokoladen-Gugelhupf mit einem Hauch Kardamom



Nachdem ich letzte Woche die [Schokokekse T0G0](#) aus dem [Kreutzkamm-Buch](#) ausprobiert habe, war spontan noch der Schokoladen-Gugelhupf dran. Gar nicht so sehr, weil ich schon wieder (oder immer noch?) so Verlangen nach Schoki hatte, sondern weil ich das Rezept so spannend fand. Ich habe ja schon viele Rezepte gelesen, alte wie neue, aber so eine Reihenfolge bei einem Rührteig ist mir noch nie untergekommen.

Was ist hier so anders? Wirklich ungewöhnlich fand ich, dass

nicht die Butter mit dem Zucker schaumig gerührt wird, danach die Eier dazukommen und schließlich die trockenen Zutaten. Hier wird die Butter cremig gerührt, dann kommt das Mehl dazu und dann die separat vermischten Eier, Eigelbe und Zucker sowie ebenfalls separat mit Wasser angerührtes Kakaopulver. Ich konnte mir das nicht so richtig vorstellen und backte aus Neugier spontan die halbe Menge nach.

Die Menge war perfekt für meine kleinere Gugelhupfform plus 2–3 Probier-Muffins. Im Buch hat die Form 22 cm Durchmesser, dafür verdoppelt ihr dann die Teigmenge.

Das Ergebnis war überraschend gut! Heraus kam ein wirklich leckerer, mürber, aber nicht trockener Rührkuchen. Den Zucker hatte ich reduziert und noch etwas Kardamom zugefügt, damit neben Schokolade noch ein bisschen Aroma dabei ist, was ich super lecker fand.



Und da wir hier seit Wochen viel Nebel und elend graue (Regen)Tage haben, tut eine ordentliche Portion Schoko-Nascherei der Stimmung gut. Wenn es draußen so unfreundlich ist, muss man es sich drinnen umso gemütlicher machen, mit einem heißen Tee, einem guten Stück Kuchen und netter Gesellschaft!

Im Rezept standen übrigens keine ganzen Eier, sondern eine Grammangabe. Ich habe gewogen und großzügig auf- bzw. abgerundet und das hat gut funktioniert. Deshalb gibt es von mir praktischere Angaben.

Mit dem übrigen Eiweiß könnt ihr natürlich auch noch etwas backen, oder ihr würzt es und backt ein Spiegelei ohne Eigelb, aber dafür mit Einlage nach Geschmack – das habe ich schon zwei Mal gemacht.

Für 1 Gugelhupfform mit 22 cm Durchmesser:

155 g weiche Butter
150 g Dinkelmehl 630
4 g Backpulver
3 Eier
2 Eigelb
100 g Rohrohrzucker
Samen von 3 Schoten grünem Kardamom, frisch gemörsert
1 Prise Salz
100 g Schokoladenraspeln
60 ml Wasser + 30 g Kakaopulver
100 g Zartbitterschokolade (oder -kuvertüre)

Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Die Gugelhupfform mit 15 g Butter einfetten.

Das Weizenmehl mit dem Backpulver vermischen und sieben.

Die restliche Butter in einer Küchenmaschine oder mit dem Handmixer glatt rühren. Die Mehlmischung hinzufügen und alles zusammen cremig rühren.

In einer separaten Schüssel die Eier und das Eigelb mit dem Zucker und Salz schaumig schlagen.

Das Kakaopulver mit etwa 120 ml Wasser glatt rühren, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist.

Die Eiermasse vorsichtig unter die Butter-Mehl-Masse rühren. Dann das glatt gerührte Kakaopulver hinzufügen. Zum Schluss die Schokoraspel dazugeben. Alles gut vermischen.

Den Teig in die vorbereitete Gugelhupfform füllen und gleichmäßig verteilen.

Den Gugelhupf im vorgeheizten Backofen etwa 35 Minuten backen, bis er goldbraun ist. Am besten nach 30 Minuten Stäbchenprobe machen: Einen Zahnstocher in die Kuchenmitte stechen – kommt er sauber heraus, ist der Kuchen fertig.

(Einen Gugel mit der doppelten Menge ca. 60 Minuten backen.)

Den fertig gebackenen Gugelhupf herausnehmen und auf ein Kuchengitter stürzen. Dort komplett abkühlen lassen.

Nach dem Abkühlen den Gugelhupf mit der Schokolade oder Kuvertüre überziehen.



Ich denke, man kann diesen Kuchen auch super variieren, wenn man den Kakao im Teig weglässt und andere Aromen oder nur Schokoraspeln oder zum Beispiel Rosinen, Cranberries oder Nüsse zufügt.

Viel Spaß beim Nachbacken und genussvolles Vernaschen!

Eure Judith

**TOGO-Kekse nach einem Rezept
der Konditorei Kreutzkamm**



Heute gibt es ein verspätetes Sonntagssüß. Am Wochenende hatte ich es nicht geschafft zu backen, aber dafür habe ich eine Montags-Session gemacht und ganz besonders feine Kekse gebacken. Das Rezept stammt aus dem neuen Callwey-Buch „Das Original Kreutzkamm Backbuch“, das ich kommende Woche vorstellen werde. Ich liebe es schon jetzt, da sind so unglaublich viele leckere Rezepte drin!

Ich wollte nichts zu Aufwendiges und schaute bei den Keksen. Allerdings sind gefüllte Ausstechkekse dann doch nicht so ganz unaufwendig, wie ich beim Backen merkte... Sie sind definitiv für einen Backtag mit viel Zeit und Muse oder für besondere Anlässe. Aber: die Arbeit lohnt sich!



Ein bisschen habe ich das Rezept natürlich wieder verändert – bei mir geht es ja kaum anders. Erstmal habe ich die Menge verdoppelt, denn wenn ich mir schon die Mühe mache, fange ich ja nicht mit einer Mehlmenge von 190 g an! Den Zucker habe ich reduziert und zudem aufgeteilt: einen Teil ersetzte ich durch Xylith, einen anderen durch ayurvedischen Rohrzucker. Statt 240 g Zucker laut Rezept waren es bei mir insgesamt 170 g und ich fand die Kekse süß genug, zumal ja noch Ganachefüllung dazukommt!

Die Ganache fand ich relativ flüssig. Ich habe sie im Endeffekt ins Tiefkühlfach gelegt, bis sie dick genug war, um sich gut spritzen zu lassen. Die Kekse lagere ich zur Sicherheit im Kühli, was vermutlich mit der Ganache eh besser ist. Zum Genießen solltet ihr sie aber eine Weile vorher herausnehmen.

Ich finde ja die Kombination aus mürbem Buttergebäck mit Kakao und cremiger Schokofüllung mit Kaffeenote einfach nur genial! Da ich keinen Pulverkaffee verwende, habe ich Getreidekaffeepulver genommen. Man könnte aber auch die Sahne mit etwas echtem gemahlenem Kaffee ziehen lassen, abseihen und dann die Ganache zubereiten. Die Menge war bei mir etwas viel (besser als zu wenig!), aus dem Rest habe ich einfach Häufchen gespritzt, sie zu Kugeln gerollt und in Kakaopulver gewälzt. So habt ihr noch ein paar leckere Trüffel.



Auch Naschkater war begeistert, futterte gleich mal alle schiefen Kekse weg, die ich nicht weiterverwenden konnte und lauerte geradezu auf die Fertigstellung der ersten TOGOs, um Qualitätskontrolle zu machen.

Morgen sind die Naschkatzeneltern zu Besuch und kommen auch noch in den leider seltenen Genuss, die Blogmodelle kosten zu können.

Für ca. 50 TOGOs:

240 g Butter
100 g Xylith
70 g ayurvedischer Rohrzucker (Shakara)
(oder Feinzucker)
geriebene Tonkabohne (nach Belieben)
2 Prisen Salz
2 Eigelb
380 g Mehl
25 g Kakaopulver
0,6 g Backpulver
GANACHE:
150 g Sahne
20 g Instant-Kaffeepulver
(oder Getreidekaffeepulver)
160 g Vollmilchkuvertüre, grob gehackt
80 g Zartbitterkuvertüre, grob gehackt
200 g Zartbitterkuvertüre, grob gehackt
gehackte Mandeln

Butter und Zucker mit Tonkaabrieb und Salz schaumig rühren. Dann Eigelb hinzufügen und gut vermischen.

Die trockenen Zutaten (Mehl, Kakaopulver, Backpulver) mischen und zur Buttermasse geben. Alles gut vermengen, bis ein homogener Teig entsteht. Den Teig für mindestens 1 Stunde

kaltstellen.

Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Den Teig auf leicht bemehlter Fläche etwa 2 mm dick ausrollen und mit einem Plätzchenausstecher (ca. 3,5 cm Durchmesser) ausstechen. Die Kekse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, 10 Minuten backen und anschließend komplett auskühlen lassen,

Für die Füllung die Sahne zum Kochen bringen und vom Herd nehmen. Das Kaffeepulver darin auflösen. Vollmilchkuvertüre und Zartbitterkuvertüre in eine Schüssel geben und die heiße Sahne darübergießen. Kurz stehen lassen, dann zu einer homogenen Creme verrühren und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. Die Ganache dann in einen Spritzbeutel mit runder oder Sterntülle füllen.

In der Zwischenzeit die restliche Zartbitterkuvertüre schmelzen (ich nutze die Resthitze des Ofens, den ich nach dem Backen geschlossen lasse) und die Hälfte der Kekse damit bestreichen. Mit gehackten Mandeln garnieren. Auf die Kekse ohne Kuvertüre etwa kirsch-große Portionen Kaffee-Creme spritzen und einen schokolierten Keks daraufsetzen.



Ich wünsche euch viel Freude beim Nachbacken und Vernaschen – die Kekse zergehen auf der Zunge, so zart sind sie!

Habt eine genussvolle Woche,

eure Judith

Rosa Apfel-Waffeln mit Rote Bete-Pulver



Nachdem ich die letzten Tage von einer Erkältung zu einer Zwangspause gezwungen wurde, hatte ich gestern seit langem mal wieder Lust auf süßes Frühstück und backte spontan Waffeln. Bei dem windig-nassen April-Herbstwetter der letzten Woche hatte ich das Bedürfnis nach etwas Farbe und Fröhlichkeit, deshalb färbte ich die Waffeln kurzerhand mit meinem neuen Rote Bete-Pulver ein – das Auge nascht schließlich mit!

Auch in der Sahne, die ich dazu noch steif schlug, landete etwas von dem pinken Pulver und auch eine Prise essbare Dekoblüten durfte sich dazugesellen – die sind wie die kleine Prise Magie, die alles gleich noch viel hübscher machen.

Jetzt wo man gerade ganz deutlich den Herbst spürt, das Wetter aber meistens nicht so wirklich golden ist, brauche ich viel Wohltuendes gegen die zunehmende Kälte und Dunkelheit. Vorgestern spazierte ich am Flüsschen entlang zu einem Blumenfeld, wo man sich selbst Blumen pflücken kann und freue mich seit zwei Tagen über Omas alte Vase auf meinem Esstisch, mit einer Sonnenblume, die von drei wunderschönen Dahlien eingerahmt wird.

Während ich das hier schreibe, fiel mir ein, dass ich sogar schon mal [Apfel-Waffeln](#) gebloggt habe, und zwar ebenfalls eine Herbstkreation mit Maronen. Aber ich finde, Waffeln dürfen ruhig ein bisschen was Gesundes beinhalten, *an apple a day* und so weiter.



Falls ihr kein Rote Bete-Pulver habt, ist das natürlich nicht schlimm. Ihr könnt auch etwas Kurkuma nehmen (vielleicht 1 gehäuften TL) oder grünes Pulver wie Matcha (1–2 TL vielleicht?) oder Spirulina etc. Aber auch ohne Farbe schmecken die Waffeln, denn das Rote Bete-Pulver hat man gar nicht geschmeckt, das war nur für die Augen.

Ich mag Gewürze manchmal sehr gerne, vor allem in der kühleren Zeit. Auch da könnt ihr natürlich ganz nach Geschmack variieren und experimentieren.

Für 6–8 Waffeln:

120 g weiche Butter
60 g Rohrohrzucker
2 TL Zimt
1 gestr. TL Ingwer
3 Eier

220 g Dinkelmehl 630
1 TL Backpulver
4 TL Rote Bete-Pulver
100 ml Milch

200 g grob geriebener Apfel

Die Butter mit dem Zucker und den Gewürzen cremig rühren, dann einzeln die Eier zugeben und die Masse schaumig rühren.

Mehl, Backpulver und Rote Bete-Pulver mischen und dann abwechselnd mit der Milch unterrühren.

Den Apfel waschen, vierteln und reiben, dann sofort unter den Teig rühren.

Das Waffeleisen erhitzen, die Waffeln backen und auf einem Gitter ausdampfen lassen.

Nach Belieben Sahne mit etwas Vanillezucker steif schlagen und

dazu genießen.



Ich nasche jetzt noch die letzte Waffel zu einem Tee und
wünsche euch eine genussvolle Woche!

Macht es euch schön,

eure Judith

Herbst-Quiche mit Kürbis, Buschbohnen, Birne & Feta



Diese Woche strahlt der Herbst – letzte Woche hatte ich im Urlaub leider weniger Glück. In Oberbayern war regelrechter Wintereinbruch, weshalb ich mir bei 6 Grad, Wind und Regen zwei neue Pullis und einen Schal kaufte. Wobei wir uns noch glücklich schätzen konnten, immerhin war bei uns „nur“ schlechtes Winterwetter und keine Sintflut, wie in Regionen weiter östlich.

Trotzdem machte ich das Beste daraus. Die Ammer-Region und München sind für mich immer wieder eine Reise wert und ich genoss es sehr, am See zu sein und in München tolle Menschen (wieder) zu treffen.

Diese Woche nutzte ich das schöne Wetter, um endlich mal an einem Flohmarkt teilzunehmen und alte Dinge loszuwerden. Nach meiner Rückreise habe ich nämlich den Kleiderschrank gründlich ausgemistet. Wenn ich mir etwas Neues kaufe, darf etwas Altes dafür gehen und ich habe gleich noch ein paar mehr Klamotten in den Ruhestand geschickt, weil ich dieses Jahr das Bedürfnis nach etwas frischem Wind habe.

Und natürlich wurde auch der Ofen mal wieder angeworfen. Der erste Kürbis der Saison wollte verarbeitet werden und beim Flohmarkt bekam ich noch eine Tüte Buschbohnen geschenkt, die beim Markt übrig geblieben waren. Der Plan war eine Quiche mit Kürbis und Buschbohnen.



Als ich auf dem Sofa saß und beim morgendlichen Kaffee überlegte, wie ich sie würzen wollte, kam mir die Idee, Birne zu verwenden. Letztes Jahr machte ich leckeres Ofengemüse mit Apfel und ich mag fruchtige Komponenten in herzhaften Gerichten total gerne. Bohnen und Birne fand ich sehr passend – leider hatte ich keine Birne da und war sehr enttäuscht, diese Idee nicht ausprobieren zu können.

Da meinte Naschkater: „Frag doch die Nachbarn! Die haben sich doch letzte Woche 2 Eier ausgeliehen!“ Gesagt, getan. Eine hoffnungsvolle Textnachricht und kurz darauf klingelte es und der Nachbar stand mit einer Birne vor der Tür! Wie wundervoll, wenn man nette Nachbarn hat, die einem auch mal aushelfen. Wie in den alten Zeiten oder auf dem Land. Mein Dorfkind-Herz jubelt – schön, dass das auch heute in der Stadt, in teilweise recht anonymen Mehrparteienhäusern, noch möglich ist. Danke, liebe Nachbarn!



Für 1 Quiche mit 26 cm Durchmesser:

100 g Dinkelvollkornmehl

100 g Dinkelmehl 630

2 EL Quark (60 g)

100 g kalte Butter, fein gewürfelt

Salz

ca. 200 g Hokkaido-Kürbis

ca. 200 g Buschbohnen, geputzt und blanchiert

1 feste Birne, in feine Würfel geschnitten

100 g Crème fraîche

150 g Quark (Magerquark oder 20% Fett)

100 g Feta, fein zerbröselt

$\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen, gemörsert

Pfeffer, Muskat, Salz

2 Eier

2 Handvoll geriebener Hartkäse

Für den Teig alle Zutaten sowie $\frac{1}{2}$ TL Salz in eine Schüssel wiegen und zügig zu einem Teig verkneten. Falls er zu trocken ist, einige EL kaltes Wasser zufügen.

Den Teig in die mit Backpapier ausgelegte Springform drücken und einen gleichmäßigen Rand hochziehen.

Für den Guss alle Zutaten bis auf die Eier in einer Schüssel verquirlen und kräftig mit Pfeffer, Muskat und Salz abschmecken. Man sollte einen Hauch Fenchel, aber vor allem auch Pfeffer und Muskat schmecken. Wer mag, gibt eine große Prise Chiliflocken dazu. Wer Fenchel nicht mag, kann frischen Thymian nehmen oder etwas gemahlenden Kümmel. Dann die Eier unterrühren.

Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Den Kürbis in dünne Scheiben schneiden, die Bohnen je nach Größe halbieren oder dritteln. Eine Schicht Bohnen und Birne auf den Teig geben und etwas Guss darüber verteilen. Eine

Schicht Kürbisscheiben darauf legen, dann noch eine Schicht Bohnen und Birne sowie den übrigen Guss.

Etwas geriebenen Käse darauf verteilen und die Quiche ca. 40 Minuten backen, bis sie goldbraun ist.

In der Form abkühlen lassen, bis sie lauwarm ist, dann herausnehmen und genießen.

Die Quiche schmeckt aber auch kalt zu Salat oder als kleine Mahlzeit unterwegs.



Ich wünsche euch eine goldene und genussvolle Herbstzeit!

Alles Liebe,

eure Judith

Saftige Dattel-Brownies (ohne Zucker im Teig & glutenfrei)



Neulich hatte eine Frau aus meinem Frauenkreis einen

Tauschnachmittag gemacht. Jede bringt etwas kleines zu essen mit und alles, was sie so aussortiert hat, und man futtert gemeinsam, trinkt Kaffee und tauscht Dinge, die man loswerden möchte, gegen andere, die man toll findet.

So etwas ist nicht nur total nachhaltig, weil man weniger Dinge neu kauft und dafür alte weitergibt, und außerdem macht es Spaß und ist ein schöner Anlass, zusammenzukommen.

Meistens wollen wir viele Dinge loswerden und brauchen eigentlich nichts. Am Ende nehmen wir aber oft genauso viel wieder mit. Für Minimalisten ist es nicht so gut geeignet, aber ich mag solche Events total gerne.

An diesem Nachmittag hatte unsere Gastgeberin Besuch von einer Freundin und deren Mann, der keinerlei Zucker essen darf. Deshalb gab es mit Datteln gesüßten Milchreis. Sie hatten die Datteln einfach eingeweicht und fein püriert.

Da kam mir die Idee, mal Dattel-Brownies zu backen, da ja Naschkater auch versucht, so wenig wie möglich Zucker (bzw. Kristallzucker) zu essen.



Letzte Woche nutzte ich einen kühleren Tag aus und experimentierte. Heraus kamen wirklich saftige, schokoladige Brownies. Meine waren sogar noch glutenfrei, da ich noch Walnussmehl da hatte (Mandelmehl geht auch) und Haferflocken verwendet habe.

Ich habe noch Schokodrops aus „normaler“ Schokolade hinein getan, aber wenn man es ganz streng nimmt, kann man die ja auch durch Dattelschokolade ersetzen oder notfalls auch weglassen. Damit die Brownies ausreichend süß sind (wobei das bei mir ja relativ ist, weil ich immer versuche, so wenig süß wie möglich zu backen), habe ich zwei Esslöffel Birkenzucker ergänzt. Dattelsucker geht auch, der war nur gerade aus und ich schätze, Birkenzucker ist mittlerweile einfacher zu finden als Dattelsucker, der eher noch ein Nischenprodukt ist.

Für 1 Form 20×20 cm:

150 g Datteln
300 ml Mandelmilch/Wasser
2 gestr. EL Leinsamen
100 g Haferflocken
100 g Walnussmehl
40 g Kakao
1 TL Backpulver
2 EL Birkenzucker/Dattelsucker
40 g zerdrückte Mandelblättchen
100 g Schokodrops (nach Belieben)
(oder fein gehackte Dattelschokolade)

Die Datteln mit der Mandelmilch und den Leinsamen im Mixer einweichen und dann pürieren. Dann die Haferflocken zugeben und kurz mixen.

Mehl, Kakao, Backpulver und Zucker vermengen.

Die pürierte Mischung mit den trockenen Zutaten verrühren. Zum Schluss Mandelblättchen und Schokolade unterheben.

Den Ofen auf 150 °C Umluft vorheizen.

Die Form mit Backpapier auslegen und den Teig hineinfüllen.
Glatt streichen und dann ca. 25 Minuten backen.
Die Dattel-Brownies abkühlen lassen und in nicht zu große
Quadrate schneiden (sie sind relativ nahrhaft).



Ich finde, diese saftigen Brownies sind die perfekte kleine Schokoladen-Nascherei für zwischendurch. Ich habe einige Stückchen eingefroren und kann mir so immer mal ein Teilchen auftauen, wenn ich Lust auf Süßes habe.

Hoffentlich schmecken sie euch auch so gut!

Viel Spaß beim Nachbacken und Vernaschen!

Alles Liebe, eure Judith