

Osterdessert aus Finnland: Mämmi



Dieses Jahr wollte ich zu Ostern mal was außergewöhnliches machen. Auf den allgegenwärtigen Hefezopf hatte ich keine Lust. Dafür wollte ich, passend zu einem Jahr, das bei mir von Veränderungen geprägt ist und sein wird, etwas Neues ausprobieren. Also surfte ich durchs Netz und schaute mal, was andere Nationen so an Ostern naschen. Viele backen tatsächlich auch Hefeknoten, -zöpfe oder -kuchen. Manche Länder haben auch klassische herzhaftere Gerichte, wie es bei uns vielleicht Würstchen mit Kartoffelsalat an Weihnachten ist oder Lamm an Ostern.

Richtig außergewöhnlich fand ich aber nichts – bis ich bei

finnvillage.de auf ein finnisches Osterdessert mit dem putzigen Namen Mämmi stieß!

Mämmi wird aus Roggenmehl und Roggenmalz gemacht und ist im Prinzip eine Art gebackener Roggenpudding, der ein bisschen nach Pumpernickel schmeckt. Serviert und vernascht wird Mämmi mit frischer (ungeschlagener) Sahne und für arge Süßschnäbel mit Zucker.

Ich war fasziniert. Von so etwas hatte ich noch nie gehört! Also musste das ausprobiert werden. Im Supermarkt fand ich Roggenmalz (Backmalz) im Backregal bei den Brotbacksachen. Roggen hatte ich da, nur Sahne musste ich noch besorgen. Zuerst überlegte ich, ob das auch vegan mit Mandelmilch ginge – geht sicher auch (oder man nimmt vegane Sahne).

Aber dann wollte ich das auch richtig original machen und am Ende war ich froh, mal wieder Sahne gekauft zu haben, denn die cremige Süße passt himmlisch zum Mämmi und ich brauchte dann nicht mal mehr extra Zucker obendrauf.



Eine kleine Warnung vorweg: Mämmi braucht viel Zeit! Das Anrühren ist schnell gemacht, aber zwischendurch muss es ruhen und dann ewig backen. Ich habe es letzten Sonntag gemacht, weil ich den ganzen Tag nichts vor hatte und im Haushalt rum gewerkelt habe. Nebenbei habe ich noch Brot gebacken, um die Ofenhitze auszunutzen.

Wer Pumpernickel oder Roggensachen nicht so mag, sollte sich die Mühe vielleicht auch nicht machen. Alle, die wie ich fast alles essen und offen für Neues sind, finden Mämmi hoffentlich genauso klasse, wie Naschkater und ich.

Die Orangenschale habe ich weggelassen, ich hatte verpennt, Orange zu kaufen. Und den Zuckersirup für die Oberfläche habe ich dann auch verschwitzt, deswegen wurde meine Haut vielleicht etwas zu fest. Aber das tat dem Geschmack keinen Abbruch.



Da ich keinen Vergleichswert habe, kann ich nicht sagen, ob mein Mämmi dem Original nahe kam in Geschmack und Konsistenz. Aber es war sehr lecker!

Und obwohl ich die Hälfte des Rezepts gemacht habe (folgende Angaben sind die Hälfte!), wurde es recht viel, also habe ich direkt mal ein paar kleine Portionen eingefroren und hoffe, es schmeckt auch aufgetaut.

Zutaten für 1 Auflaufform:

Phase 1:

750 ml Wasser
100 g Roggenmalz
200 g Roggenmehl

Phase 2:

1 l Wasser
100 g Roggenmalz
150 g Roggenmehl

Phase 3:

100 ml Zuckerrübensirup
1 EL gemahlene Orangenschale
 $\frac{1}{2}$ TL Salz

Zum Benetzen:

100 ml Zuckerwasser (50% Wasser, 50% Zucker)

Phase 1:

750 ml Wasser in einem Topf zum Aufkochen bringen. 100 g Roggenmalz und 200 g Roggenmehl in das Wasser einrühren. Es sollte eine homogene Masse entstehen. Dann ein wenig Roggenmehl auf die Oberfläche der Masse streuen und den Topf mit einem Deckel abdecken. Das Mämmi im Topf etwa zwei Stunden an einem warmen Ort, wie zum Beispiel im Backofen bei 50°C, ziehen lassen.

Phase 2:

1 l Wasser in einem Topf aufkochen und zu der Mämmimasse

hinzugeben. Alles wieder zu einer glatten Masse rühren. Hier kann man ohne Probleme einen Stabmixer verwenden, damit das Dessert schön glatt wird. Dann erneut 100 g Roggenmalz und 150 g Roggenmehl einrühren. Auch jetzt kann man die ganze Masse mit einem Stabmixer fein pürieren. Erneut Roggenmehl auf die Oberfläche verteilen, den Deckel drauf tun und das Mämmi nun etwa 2–3 Stunden im Ofen bei 50 °C ziehen lassen (oder an einem sonstigen warmen Ort).

Phase 3:

Nach der zweiten Phase sollte die Masse die Konsistenz eines lockeren, nicht zu dickflüssigen Breis haben. Falls erforderlich, mehr Mehl hinzugeben. Nun wird das Mämmi mit 100 ml Sirup, 1 EL gemahlener Orangenschalen sowie $\frac{1}{2}$ TL Salz gewürzt.

Mämmi 10 Minuten lang unter ständigem Rühren köcheln, dabei darauf achten, dass der Boden nicht anbrennt.

Dann das Mämmi abkühlen lassen, bis es lauwarm ist, und in Ofen- bzw. Folienförmchen verteilen. (Muffin- oder Kuchenförmchen aus Silikon gehen auch.) Etwa $\frac{1}{3}$ jedes Förmchens frei lassen, weil das Mämmi beim Backen hochkocht. Nun noch 1–2 Esslöffel kaltes Zuckerwasser über das Mämmi verteilen, damit sich beim Backen keine allzu dicke „Haut“ auf dem Dessert bildet.

Auf der untersten Schiene des Ofens bei 170 °C (150 °C Umluft) etwa $2\frac{1}{2}$ Stunden lang backen. Keine Sorge, wenn das finnische Osterdessert ziemlich dunkel beim Backen wird – das soll so sein!

Am besten schmeckt das Mämmi nach 1–2 Tagen und kann in einem kühlen Bereich mehrere Tage lang aufbewahrt werden.

Kalt mit reichlich Sahne und Zucker servieren.



Ich wünsche euch ein wunderschönes und genussvolles Osterwochenende!

Macht euch eine schöne Zeit mit lieben Menschen und lasst es euch kulinarisch gut gehen!

Eure Judith

**Roggen-Dinkel-Vollkornbrot
mit Joghurt**



Das

Schöne an der kühlen Jahreszeit ist ja definitiv, dass man wieder gerne den Backofen anwirft. Im Sommer ist es manchmal einfach zu heiß, um unbedingt zu backen. Im Herbst habe ich dann keine Hemmung mehr, denn nach dem Backen hat die Wohnung dann endlich mal mollige Wohlfühltemperatur.

Dieses Jahr haben wir immer wieder gerne unser eigenes Brot gebacken und nun schon einige Rezepte im Repertoire, die uns gut schmecken.

Neulich gab es ein neues Rezept von meiner italienischen Lieblingsautorin Csaba dalla Zorza. Es war mit Buchweizen, also gluten-reduziert. Buchweizen hat ja doch einen sehr eigenen und vielleicht auch gewöhnungsbedürftigen Geschmack, trotzdem fanden wir das Brot sehr lecker. Allerdings fand ich das Rezept gut geeignet für eine Abwandlung mit Roggen, denn Roggenbrot mögen wir auch sehr. Das Ergebnis schmeckt super, das Brot ist außen knusprig und innen ganz leicht feucht, wie wir es mögen.

Mit diesem Rezept werde ich sicher in den Wintermonaten noch öfter die Wohnung ein bisschen heizen.



Für 1 Brot:

280 g Roggenvollkornmehl *

120 g Dinkelvollkornmehl *

100 g Dinkelmehl 630

2 gestr. TL Salz

1 Packung Trockenhefe

270 ml lauwarmes Wasser +1 EL Apfelessig

100 g Joghurt

(etwas Brotgewürz)

** am besten frisch gemahlen*

Alle trockenen Zutaten in eine große Schüssel geben und vermischen. Das Essig-Wasser dazu geben und mit den Knethaken des Handmixers oder der Küchenmaschine verrühren. Währenddessen den Joghurt zugeben. Mindestens 5 Minuten kneten lassen, mit der Hand am besten 10 Minuten.

Wenn der Teig elastisch und glatt ist, den Boden der Schüssel ein wenig mit Mehl bestäuben und den Teig darin zugedeckt 2 Stunden gehen lassen. Ich stelle dafür immer kurz den Backofen

auf 50 Grad, schalte ihn nach 5 Minuten wieder aus und stelle die Schüssel hinein. Die Tür einen Spalt offen lassen.

Nach 2 Stunden den Ofen auf 205°C vorheizen. Den Teig noch einmal auf einer sauberen Arbeitsfläche mit wenig Mehl kneten und einen runden Brotlaib formen. Das Brot auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit etwas Mehl bestäuben. Mit einem scharfen Messer die Brotoberfläche kreuzweise einschneiden, die Klinge sollte ca. 3 cm eindringen. Das Brot insgesamt ca. 45 Minuten backen. Nach 30 Minuten kann man das Blech auf eine obere Schiene schieben, damit das Brot noch etwas knuspriger und brauner wird.

Das fertige Brot klingt hohl, wenn man auf die Unterseite klopft. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

[nurkochen]



Mit welchem Backrezept wärmt ihr im Herbst am liebsten eure Küche? =)

Habt genussvolle Herbsttage!

Eure

Judith



Einfach und sooo gut: Vollkorn-Hefebrot (vegan) & Bärlauchbutter



In

diesen Wochen ist es etwas ruhiger hier, ich weiß und hoffe, ihr lest trotzdem treu vorbei. Wir haben zurzeit unheimlich viel Besuch bei uns und möchten diese Zeit genießen, sind aber natürlich auch viel unterwegs, weshalb ich weniger zum Kochen und Backen komme. Es wartet aber ein weiteres tolles Buch, das ich euch vorstellen möchte und von dem ich wieder zwei Exemplare verlosen darf! =)

Und ein supergutes Brot habe ich entdeckt, das kann ich euch nicht vorenthalten!



Ich

liebe es, selbst Brot zu backen. Nichts geht über diesen himmlischen, heimeligen Geruch, der dann durch die Wohnung zieht und über den ersten, knusprigen Bissen.

Allerdings gehöre ich nicht zu diesen ambitionierten, engagierten Bäckerinnen, die tagelang an einem Rezept arbeiten: Quellstück ansetzen, Vorteig herstellen, Gehzeiten, Kneteinlagen, Gehzeiten, ... Ich bewundere diese Mühe, aber ich bin offen gestanden meist zu faul dazu und habe auch nicht die Zeit.

Umso genialer finde ich Rezepte, die ein knuspriges, fluffig-saftiges Vollkornbrot mit Minimalaufwand ermöglichen! Einen Teig schnell zusammen rühren, vielleicht noch zwei Stunden gehen lassen, backen – fertig! So lasse ich mir das gefallen und solch ein Brot habe ich ja zufällig schon durch einen Tipp im Netz gefunden.

Ein weiteres, das ich fast noch leckerer finde, ist das Hefeteig Grundrezept der Veganista aus ihrem Buch *La Veganista backt*, erschienen bei GU. Simpler geht eine Zubereitung eigentlich nicht mehr und das Ergebnis ist köstlich!



Neulich habe ich mit frischem Bärlauch aus dem Garten meiner Eltern **Bärlauchbutter** hergestellt. Das ist so einfach, dass man eigentlich kein Rezept braucht: Man püriert weiche Butter mit mehreren Handvoll Bärlauch, etwa einem $\frac{1}{2}$ TL Salz und wer mag mit einer Knoblauchzehe oder ein wenig Zitronenschale. Der Rest ist grünes Frühlingsglück auf (selbstgebackenem) Vollkornbrot...



Für 1

Kastenbrot:

- $\frac{1}{2}$ Würfel frische Hefe oder 7 g Trockenhefe
- 1 EL Zucker
- 500 g Dinkel- (oder Weizen-) Vollkornmehl

100 g Roggenvollkornmehl
(*beide Mehle am besten frisch gemahlen*)
2 TL Salz
evtl. ein wenig Brotgewürz
450 ml lauwarmes Wasser

Die Hefe mit dem Zucker im lauwarmen Wasser auflösen. Beide Mehlsorten mit dem Salz (und dem Brotgewürz) vermischen und das Hefewasser zugeben. Mit dem Stiel eines Rührlöffels umrühren und den Teig zugedeckt 2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.

!! Die Backform nicht mit Papier auslegen! So steht es zwar im Rezept, aber bei mir hat sich das Papier mit dem Brot verbacken und wir mussten beim ersten Brot somit die Rinde samt Papier bei jeder Scheibe abschneiden. Bei diesem Rezept ist Backpapier auch wirklich unnötig. !!

Den Teig in die Form geben und die Oberfläche kreuzweise oder gitterförmig mit einem scharfen Messer ca. 1 cm tief einschneiden.

Noch einmal 30 Minuten ruhen lassen. Den Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine Schale mit Wasser hineinstellen. (Achtung: Heißer Dampf!)

Das Brot auf mittlerer Schiene 45-50 Minuten backen. 10 Minuten vor Ende der Backzeit die Schale mit Wasser vorsichtig herausholen.

Wenn man sicher sein will, dass das Brot gut ist, klopft man auf die Unterseite: Klingt es hohl, ist das Brot fertig.
[nurkochen]



Ich
wünsche euch eine genussvolle Woche, mit hoffentlich bald
wieder frühlingshafterem Wetter!
Eure Judith