

Schneiders Fleck

aus: Helma Danner, Die Bio-Kochschule für unsere Kinder, ECON

Das frischgemahlene Weizenvollkornmehl gibst du in eine Schüssel und drückst in die Mehlmitte eine Vertiefung. Erwärme die Milch ganz leicht (Fingerprobe), löse die Hefe darin auf und gieße sie in die Mehlmitte. Mit dem Kochlöffel rührst du vom Rand so viel Mehl in die Milch, bis ein dicker Brei entsteht. Bestäube diesen mit Mehl und lasse ihn 15 Minuten gehen.

In einer kleinen Pfanne läßt du bei schwacher Hitze die Butter zerlaufen und gibst sie mit Honig, Zimt, Nelken und Salz zum gegangenen Teig. Knete nun den Teig 5 Minuten gut durch, forme daraus eine Kugel und wälze diese in dem vorher benützten Butterpfännchen (statt in Streumehl). Mit einem Tuch bedeckt, läßt du ihn 45 Minuten gehen.

Fette ein Backblech, heize die Backröhre auf 100 Grad und zerlasse in dem Pfännchen bei schwacher Hitze Butter und Honig. Walke den gegangenen Teig mit dem Nudelholz auf der Arbeitsfläche (ohne Streumehl, er ist ja bereits fett) 1/2 cm dick aus. Mit einem Teigrädchen fährst du einige Male längs und quer über den Teig, so daß lauter Teigflecke in beliebiger Größe entstehen. Diese wendest du nacheinander in der lauwarmen Butter-Honig-Sauce und legst sie kreuz und quer auf das Blech. Wenn sich die Stücke an manchen Stellen überlappen, macht das gar nichts.

Schiebe das Backblech auf die mittlere Schiene des auf 100 Grad vorgeheizten Ofens, drehe nach 7 Minuten die Temperatur auf 220 Grad und backe noch 15 Minuten weiter.

Nach dem Backen bestreichst du die Flecken auf dem Blech mit der restlichen Butter-Honig-Sauce und legst sie nach einiger Zeit auf ein Gitter zum Auskühlen.

Deine Freunde werden kräftig zulangen, so gut sind sie, auch noch am nächsten Tag.

Zutaten

500 g Weizenvollkornmehl
1/4 l Milch oder 1/8 l Sahne und 1/8 l Wasser
40 g Hefe
100 g Butter
1 EL Honig (50 g)
1 TL Zimt
1 MS Nelken
2 MS Vollmeersalz

Zum Wälzen und Bestreichen:

100 g Butter
1 EL Honig (50 g)

Geräte

Getreidemühle Schüssel Meßbecher Kochlöffel kleine Pfanne Eßlöffel Teelöffel
Küchenmesser Geschirrtuch Backblech Backpinsel Nudelholz Teigrädchen Kuchengitter