

Datschkuchen aus dem Thermomix®



© Datschkuchen - Rezepte mit Herz



60 Min. plus Wartezeit



leicht



8 Stück

Hefeteig-Klassiker aus dem Schwarzwald - mit vegetarischem Topping.

Das Rezept ist aus unserer Rezeptsammlung **Preiswerte Woche**. Dort findet ihr viele weitere Rezept-Ideen und Tipps für cleveres mixen und sparen - schaut am besten gleich mal rein! Es erwarten euch schnelle & preiswerte Rezepte für jeden Tag - maximal 2,50 € pro Portion!



Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	250 - 300 g	lauwarmes Wasser
<input type="checkbox"/>	1/2 Würfel	frische Hefe (21 g)
<input type="checkbox"/>	1 Prise/n	Zucker
<input type="checkbox"/>	440 g	Dinkelmehl (Type 630)
<input type="checkbox"/>	60 g	Roggenvollkornmehl
<input type="checkbox"/>	2 TL	Salz
<input type="checkbox"/>	1	kleine Zucchini
<input type="checkbox"/>	1	Möhre
<input type="checkbox"/>	200 g	Champignons
<input type="checkbox"/>	1/2	Bund Frühlingszwiebeln
<input type="checkbox"/>	500 g	Schmand
<input type="checkbox"/>		Salz, Pfeffer, Muskat nach Geschmack
<input type="checkbox"/>		Öl für die Schüssel und die Hände
<input type="checkbox"/>		Mehl zum Arbeiten

Zubereitung

1. 100 g lauwarmes Wasser, die Hefe und Zucker und Salz in den Mixtopf geben, 2 Min./37 °C/ Stufe 2 erwärmen. 100 g Dinkelmehl zugeben und 3 Min./Teigstufe kneten. Den Vorteig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen.
2. 340 g Dinkelmehl, Roggenmehl, Salz und 150-200 g Wasser zugeben 4 Min./Teigstufe kneten (Teig sollte eine weiche Konsistenz haben). Teig in eine geölte Schüssel geben und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 2 Std. gehen lassen.
3. Den Backofen auf 230 °C (210 °C Umluft) vorheizen.
4. Zucchini und Möhre in streichholzdünne Streifen (Julienne) schneiden, die Champignons in Scheiben und Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden.
5. Den Teig mit leicht eingeölte Hände auf einer bemehlten Fläche zu einer Rolle formen. Davon 8 gleich große Teile abstechen und jeweils zu ovalen Fladen mit Rand formen und auf 2 mit Backpapier belegte Backbleche legen.
6. Schmand mit Salz, Pfeffer und nach Belieben Muskat würzen. In die Vertiefung der Teigstücke jeweils 2 gehäufte EL Schmand geben. und nach Belieben mit Möhre und Zucchini, Frühlingszwiebeln und Champignons belegen.
7. Die Datschkuchen blechweise im heißen Ofen ca. 18 Min. backen. Noch warm servieren, sie schmecken aber auch am nächsten Tag noch kalt. Dazu passt ein Blattsalat mit Kirschtomaten.

Pro Stück: ca. 355 kcal – 11 g E – 14 g F – 46 g KH