

## Herzhafte Schwalmtaler Hefeschnecken



Ein idealer Imbiss - auch zum Mitnehmen für den Arbeitsplatz, als Proviant bei sportlichen Aktivitäten...

Diese Hefeschnecken können warm und kalt verzehrt werden - beide Varianten schmecken köstlich.

Die Füllung lässt sich wunderbar variieren und an den individuellen Geschmack anpassen.

Zudem können die Schnecken im Gefrierschrank bevorratet werden.

Meine Variante für 32 Schnecken geht so...  
( auf zwei Backblechen abbacken )

### Zutaten:

270 g frisch gemahlene Vollkornmehl ( Weizen )  
 290 g Weizenmehl 550  
 120 g Wasser  
 190 g Joghurt - Fettstufe 3,8 %  
 100 g kalte Butter gewürfelt  
 7,5 g Salz  
 7,5 g sehr feiner Zucker  
 11,5 g frische Hefe  
 95 g Vollei ( 1 großes + 1 kleines Ei )

---

Vollei zum Einstreichen  
 optional Sesam oder Schwarzkümmel bzw. gemischt zum Bestreuen  
 oder auch rote Chiliflocken, frische Kräuter, Lauchzwiebeln...

---

Beispiele für Füllungen werden im Anschluss beschrieben.

Alle Zutaten ca. 10 Minuten auf niedriger und 3 Minuten auf mittlerer Stufe verkneten.  
 Den fertigen Teig über Nacht 12 - 16 Stunden im Kühlschrank bei 4° C lagern.

### Tipp:

Bei kurzer Übernachtgare den fertigen Teig erst nach ca. 1/2 Stunde kühlen.



Diesen Teig vor der Verwendung 30-45 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren. Vor der Verarbeitung die Teigmenge halbieren, eine Hälfte weiterhin kühl lagern und die andere verarbeiten - also versetzt aufarbeiten.

Die halbierte Teigmenge zu einem Rechteck ausrollen. Das Ende der noch zu erstellenden Rolle mit Vollei 3 bis 4 cm breit einstreichen. Unterhalb des Bereiches kann bereits jetzt praktischerweise Klarsichtfolie platziert werden.

Die Füllung gleichmäßig auf dem Teig verteilen, die bestrichene Fläche aussparen. Den bedeckten Teig aufrollen, den bestrichenen Bereich gut festdrücken und mit der darunter liegenden Folie einpacken. Noch eine weitere Folienlage darüber geben. Die Enden aufzwirbeln und mit Wäscheklammern fixieren. Dadurch wird die Rolle mit mehr Spannung eingepackt.

Anschließend wird die vorbereitete Teigrolle für 1 - 1,5 Stunden in den Gefrierschrank gegeben, um sie später gut zerteilen zu können. Aus der zweiten Teigmasse eine weitere Rolle herstellen.



Nach der Lagerung eine der angefrorenen Rollen in 16 gleich dicke Scheiben zerteilen und auf ein mit Backpapier bedecktes Blech platzieren. Komplette mit Vollei einstreichen mit Dekoration bestreuen und für ca. 45 Minuten auf Gare stellen. Danach kann das zweite Backblech mit Teiglingen gefüllt werden.

**Rechtzeitig den Ofen ( Ober- und Unterhitze ) auf 190°C vorheizen.**

Stückgare: ca. 30-45 Minuten

Platzierung des Backbleches: 2. Einschub von unten

**Backzeit: nach ca. 25 Minuten sind die Schnecken fertig - auf Sicht arbeiten!**

## **Grundsätzliches zu den Füllungen**

Die Zutaten zerkleinern, würfeln oder stücklig vorbereiten.

Es ist wesentlich gut zu würzen, aber einer Überwürzung bedarf es nicht.

Das Aroma der Füllung kommt trotz der Teigmenge gut heraus.

Optimal, wenn die Konsistenz der Masse saftig, aber nicht suppig ist.

Saucen daher stärker reduzieren oder andicken.

Gemüse nur minimal garen und im knackigen Zustand verwenden.



## **meine aktuell verwendete Füllung**

frisch zubereitete Tomatensauce mit Paprikastreifen ( 700 g - hergestellt aus 1 kg gehäuteten Tomaten, 1 Paprika, 1 Zwiebel ), würzige Salami ( 150 g ), frische Zwiebel ( 1 mittelgroß ), geriebener Büffelhartkäse ( 250 g )

gewürzt mit: frischem Oregano, Selleriegrün, und Basilikum, Knobi, Pfeffer, Salz, Chilipulver...

Deko: Olivenkraut, rote Chiliflocken

## **Ideen für weitere Füllungen**

geschmorte Champignons mit Zwiebeln, blanchierter Spinat, Lauchzwiebeln, Hirtenkäse, getrocknete Tomate - gewürzt mit frischen Kräutern, Pfeffer, Salz... Deko: Lauchzwiebeln

Grünkohl, Kartoffeln, Zwiebeln und Kasseler - gewürzt mit Quatre Epices, Pfeffer, Salz...

Spitzkohl mit Schmand, pürierte Kichererbsen, Tahinpaste, Sesamsaat, feingehackte frische Chilis, Knobi und Koriander - gewürzt mit Cumin, Pfeffer, Salz...

Paprika, Zucchini, Zwiebeln, Porree, Chili - gewürzt mit Tomatenmark, Knobi, Chilipulver, Harrissa, Baharat, Pfeffer, Salz...

Kürbis, rote Linsen, Staudensellerie, Zwiebeln, Tomaten, feingehackte frische Chilis - gewürzt mit Tomatenmark, Knobi, Chilipulver, Tajinegewürz, Baharat, Granatapfelessig, Pfeffer, Salz...

Chicken Tandoori Style: Hähnchen, Joghurt, Zwiebeln, Tomaten, Cashewkerne - gewürzt mit Tomatenmark, Knobi, Ingwer, Cumin, Tandoori Masala, Garam Masala, Chili, Koriandersamen, frischem Koriander, Pfeffer, Salz...

Tomatensauce mit Rinderhack, Zwiebeln, Porree, feingehackte frische Chilis und Knobi - gewürzt mit frischem Oregano und Thymian, Crème fraîche, Pfeffer, Salz...