



Irmi Hofmann

Bayerische Mehlspeisen

SüdOst Verlag

Irm Hofmann

Bayerische Mehlspeisen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.
ISBN 978-3-95587-730-9

1. Auflage 2018

ISBN 978-3-95587-730-9

Alle Rechte vorbehalten!

© 2018 SüdOst Verlag in der

Battenberg Gietl Verlag GmbH, Regenstauf

www.battenberg-gietl.de

*Verwendung und Verbreitung der Fotos S. 3, 5, 9, 56/57 und 58
nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Autorin.*

Irmi Hofmann

Bayerische Mehlspeisen



SüdOst Verlag



Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	8	Hoabadatschi (Heidelbeer-Reinmus)	18
Pfannenkuchen und Reinmus		Orangepfannkuchen	20
Apfelmandl (Reinmus mit Äpfeln)	12	Pfannenkuchen mit Marmeladenfülle	22
Apfelpfannkuchen	14	Pfannkuchen mit Kräuterfülle.....	24
Heidelbeerpfannkuchen.....	16	Pfannkuchenstrudel	26

Nudeln, Buchteln, Rohrnudeln

Bauchstecherl	30
Dampfnudeln	32
Fingernudeln.....	34
Kräuternudeln	36
Marillenbuchteln	38
Rohrnudeln mit Quarkfülle	40
Rupfhauben	42
Sauerkirschbuchteln	44
Topfenschupfnudeln mit Mohn.....	46
Zimtschnecken-Nudeln	48
Zwetschgenbuchteln	50

Strudel und Maultaschen

Apfelmaultaschen aus Kartoffelteig.....	54
Apfelmaultaschen aus Strudelteig	56
Apfelstrudel	58
Erdäpfelmaultaschen mit Kräutern	60
Heidelbeerstrudel	62
Marillenstrudel	64
Millirahmstrudel.....	66
Quark-Mürbteig-Strudel	68
Topfenstrudel mit Zwetschgen	70
Wespennester	72
Zwiebelröhr-Maultaschen	74

Schmarrn

Apfelschmarrn	78
Bauernschmarrn	80
Erdäpfelschmarrn mit Topfen	82
Gärterschmarrn	84
Grießschmarrn	86
Hirseschmarrn mit Äpfeln.....	88
Kaiserschmarrn	90
Kräuterschmarrn.....	92
Rahmschmarrn	94
Semmelschmarrn	96
Topfenschmarrn	98
Zwirl (Kartoffelschmarrn)	100

Knödel und Nockerl

Apfelködel	104
Gebackene Zwetschgenknödel	106
Germknödel.....	108
Heidelbeernocken	110
Mohn-Nocken mit Topfen	112
Quark-Grieß-Nocken	114
Quarkknödel	116
Salzburger Nockerl	118
Topfenockerl.....	120
Zwetschgenknödel aus Kartoffelteig	122

Kücherl, Krapferl, Puffer

Apfelkücherl	126
Gefüllte Kartoffelkrapferl	128
Grießkücherl	130
Grießschnitten	132
Hollerkiacherl	134
Hosenknöpf	136
Kartoffeltaler	138
Powidl-Tascherl	140
Quarkpuffer	142
Reiberdatschi	144
Zwetschgenbavesen	146

Tipps und Tricks

Zum Studieren und Ausprobieren	148
Keine Angst vor Hefeteig!	150
So gelingt Kartoffelteig	152
Spezielle Schmarrn-Tipps	154
Rezeptregister	156
Weitere Bücher von Irmi Hofmann	158
Zur Autorin	160



Mehlspeisen – ein Schatz bayerischer Küchenkultur

Was macht den Zauber von Mehlspeisen aus? Schon die Vorstellung von knusprigen Reiberdatschi, saftigen Rohrnudeln oder süßem Kaiserschmarrn wärmt den Bauch und bringt Wohlgefühl fürs Gehirn. Mehlspeise ist ein Begriff, der mit Gerüchen, Geschmack und Gefühlen aus der Kindheit besetzt ist, mit der Geborgenheit in der großmütterlichen Küche, wo man es kaum erwarten konnte, die ersten Pfannkuchen frisch aus der Pfanne zu bekommen, sie rasch selber mit Marmelade zu bestreichen und aufzurollen, reinzubeißen und zu genießen!

Mehlspeisen sind bayerisch, traditionell, bodenständig. „Mehlspeis“ ist ein regional gefärbter Begriff, in Österreich nicht nur für Süßspeisen und Nachtisch gebraucht, sondern Sammelbegriff für alle süßen Bäckereien, auch für Kuchen und Torten. Im süd-ostbayerischen Raum dagegen ist Mehlspeise der Begriff für fleischlose Speisen, für süße wie für herzhaftere Gerichte.

„Mehlspeis“ war die Alternative zur Fleischspeis, wobei die Mehlspeis viel öfter auf den Tisch kam, zumindest bis zur Hälfte des letzten Jahrhunderts. Fleisch war früher rar, teuer und wegen beschränkter Konservierungsmöglichkeiten oft nur nach Hausschlachtungen selten im Jahr (Weihnachten) verfügbar. In katholischen Regionen gab es Mehlspeisen noch lange obligatorisch an Freitagen.

Ganzjährig verfügbar waren unseren Vorfahren jedoch Mehl, Grieß, Hirse, Kartoffeln, Milch, Rahm, Topfen, Käse, Butter, Schmalz und Eier. Aus diesen Produkten, ergänzt durch Gemüse und Obst aus dem Garten, kochten Generationen von Bäuerinnen und Hausfrauen vielfältige schmackhafte und nahrhafte „Mehlspeisen“. So wurden sie genannt, auch wenn sie zum Großteil aus Kartoffeln bestanden und nur wenig Mehl enthielten. Sie waren fleischfrei, das war ihr wichtigstes Merkmal. Die schwere körperliche Arbeit verlangte auch an fleischfreien Tagen eine gute Ver-

sorgung mit Nährstoffen und Energie. Das gewährleisteten die damals sehr viel üppiger als heute zubereiteten Mehlspeisen.

Wenn die Großmutter ohne Rezept kochte, mit einer „Handvoll Mehl“ und „ein wenig Zucker“, wenn versäumt wurde, die Rezepte aufzuschreiben: dieses Mehlspeisenbuch hilft beim Kochen und erleichtert es, die bayerischen Schmankerl wieder öfter auf den Tisch zu bringen. Eine bewusste Beschränkung auf die traditionell einfachen Zutaten, eine klare Beschreibung der Zubereitung, die Anpassung an die zeitgemäße Küche sowie viele Fotos und Tipps erleichtern auch ungeübteren Köchinnen und Köchen das Nachkochen.

Es wäre schade, wenn die große Mehlspeistradition, die seit Generationen fester Bestandteil bayerischer Küchenkultur ist, verloren ginge. Zumal diese vielfältigen Schmankerl, ob zart und flaumig oder kräftig und herzhaft, der ganzen Familie schmecken.

Viel Freude beim Studieren, Ausprobieren und Genießen!

Irmi Hofmann



*Pfannenkuchen
mit Marmeladenfülle
siehe S. 22*



Dickflüssig vom Löffel

Pfannkuchen und Reinmus





Apfelmandl (Reinmus mit Äpfeln)

Teig:

250 g Mehl

1 Prise Salz

1 P. Vanillezucker

4 Eier

ca. ¼ l Milch

750 g süß-säuerliche Äpfel

2 – 3 EL Butterschmalz zum Backen

Zimt-Zucker-Mischung zum Bestreuen:

3 – 4 EL Zucker

½ TL Zimt

Mehl mit Salz und Vanillezucker in eine Rührschüssel geben, Eier nach und nach einrühren. Teig mit etwas Milch glattrühren, sodass keine Klümpchen entstehen. So viel Milch dazugeben, bis ein dicklich vom Löffel fließender Teig entsteht. Der Teig soll dicker sein als bei Pfannkuchen.

Bratreine oder große Auflaufform am Rand gut fetten, das restliche Butterschmalz darin erhitzen. Den Teig einfüllen und die Apfelscheibchen gleichmäßig darauf verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei 180° Umluft oder 200° Ober- und Unterhitze ca. 25 – 30 Minuten backen. Etwa 10 Minuten vor Ende der Backzeit das Reinmus mit Zimt-Zucker-Mischung bestreuen, damit der Zucker noch etwas karamelisieren kann.

Apfelmandl sofort in Stücke schneiden und heiß servieren.

TIPP:

Dieses Reinmus kann jahreszeitgemäß auch gut mit Kirschen, Rhabarber oder Zwetschgen zubereitet werden.





Apfelpfannkuchen

Teig:

250 g Mehl
1 Prise Salz
3 Eier, getrennt
ca. 400 ml Milch
1 EL Zucker

Belag:

500 g süß-säuerliche Äpfel
etwas Zucker zum Bestreuen

Öl oder Butterschmalz zum Backen
Puderzucker zum Bestreuen

Mehl in eine Rührschüssel sieben und salzen. Eidotter nacheinander einrühren, Milch nach und nach unter Rühren zugeben, damit keine Klümpchen entstehen. So viel Milch verwenden, bis der Teig dicklich vom Löffel läuft. Der Teig soll etwas dicker sein als bei einfachen Pfannkuchen. Eiweiß mit Zucker zu Schnee schlagen und unter den Teig ziehen.

Äpfel schälen, vom Kernhaus befreien und in feine Scheibchen schneiden.

Aus dem Teig 4 – 6 große Pfannkuchen backen: Mit einem Schöpflöffel jeweils eine nicht zu dünne Teiglage in eine gut gefettete Pfanne geben, den Teig darin unter Schwenken rasch über die gesamte Bodenfläche verteilen. Apfelscheibchen darauf verteilen, etwas Zucker darüber streuen. Teigplatte anbacken lassen, vorsichtig wenden und bei mäßiger Hitze goldgelb fertig backen. Dabei kann der Zucker etwas karamelisieren. Pfannkuchen zusammenklappen und sofort servieren. Nach Belieben mit Puderzucker bestreuen.



Bauchstecherl

Teig:

800 g mehligte Kartoffeln

Salz, Pfeffer, Muskat

1 Ei

1 EL Crème fraîche

ca. 200 g Mehl

Butter für die Form

Guss:

2 Eier

4 EL Sahne

Salz, Pfeffer



Die Hälfte der Kartoffeln kochen, schälen, durch die Presse drücken und auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwas auskühlen lassen.

Die übrigen Kartoffeln schälen und reiben, gut ausdrücken und mit den gekochten Kartoffeln mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, mit Ei, Crème fraîche und Mehl nach Bedarf rasch zu einem Teig verarbeiten.

Teig zu fingerdicken Rollen formen, Nudeln abschneiden und diese in kochendem Salzwasser ca. 8 Minuten leicht siedend garen. Nudeln gut abtropfen lassen, dann in einer gut gefetteten Bratreine im vorgeheizten Rohr bei 180° etwa 10 Minuten rösten.

Für den Guss Eier mit Sahne verquirlen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Eierguss über die Bauchstecherl verteilen und weitere 15 Minuten fertig backen.

TIPP:

Bauchstecherl nach Belieben mit frischen Kräutern bestreuen und zu Salat oder Sauerkraut servieren.





Dampfnudeln

Teig:

ca. 150 ml lauwarme Milch
1 Prise Salz
50 g Zucker
1 Ei

250 g Mehl
20 g Hefe
1 TL Zucker

Zum Garen:

200 ml Milch
40 g Butter
2 EL Zucker

Zunächst nur 100 ml lauwarme Milch, Salz, Zucker und Ei in eine Rührschüssel geben, Mehl dazugeben. Hefe mit einem Teelöffel Zucker und etwas lauwarmen Wasser verrühren und ebenso dazu geben. Alles mit dem Knethaken zunächst auf niedriger, dann auf hoher Schaltstufe zu einem glatten Hefeteig verrühren. Dabei nach Bedarf weitere Milch zugeben. Teig an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Teig nochmals durchkneten, dann 10 – 12 Nudeln davon abstechen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche rund formen und nochmals gehen lassen.

In einer Pfanne mit dicht schließendem Deckel Milch mit Butter und Zucker zum Kochen bringen. Die gegangenen Nudeln nebeneinander einlegen und bei geschlossenem Deckel erst 10 Minuten bei mittlerer Hitze und anschließend weitere 15 Minuten bei schwacher Hitze garen. Die Milch soll aufgesogen werden, die Nudeln am Boden bräunen, aber nicht anbrennen. Deckel während des Garens nicht abnehmen. Nudeln mit der Backschaufel lösen und sofort servieren.

TIPPS:

- Eine Pfanne mit großem Durchmesser und Glasdeckel erleichtert das Garen und die Kontrolle.
- Traditionell werden Dampfnudeln mit Vanillesoße serviert.





Zwirl (Kartoffelschmarrn)

1 kg mehlig-kochende Kartoffeln

150 g Mehl

½ TL Salz

Pfeffer und Muskatnuss nach Belieben

Butterschmalz zum Backen

Kartoffeln kochen, schälen, heiß durch die Kartoffelpresse drücken, etwas abdampfen und abkühlen lassen.

Auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche die abgekühlten Kartoffeln salzen und nach Belieben mit Pfeffer und Muskatnuss würzen. Mit Mehl nach Bedarf locker abbröseln, sodass grobe, nicht zu mehlig Streusel entstehen. Diese portionsweise in einer gut gefetteten Pfanne unter öfterem Wenden goldbraun backen.

TIPPS:

- Der Zwirl kann auch aus am Vortag gekochten, kalten Kartoffeln zubereitet werden. Die Kartoffeln dann reiben, würzen und ebenfalls locker mit Mehl abbröseln.
- Der Kartoffelschmarrn schmeckt als Hauptgericht zu Salaten, Kraut, Kräuterquark, Dickmilch oder Kompott oder als besondere Beilage zu Fleisch.





Ein kulinarischer Schatz zum Nachkochen, Genießen und Weitergeben!
Alle Gerichte wurden von der Autorin daheim gekocht – teils mit
„Unterstützung“ durch die zweijährige Enkelin – und selbst fotografiert.
Bayerische Schmankerl, traditionell und zeitgemäß!

Einfach und köstlich aus Großmutter's Küche!

Heimat
battenberg
gietl verlag

SüdOst Verlag

ist eine Marke der
Battenberg Gietl Verlag GmbH

