



Ausgezogene Küchlein

Ausgezogene Küchlein haben in Österreich und in Bayern Tradition. Diese Mehlspeise wird zur Fastenzeit und unter dem Jahr zubereitet.

Die im Fett ausgebackenen Küchlein sind mit Sauerkraut serviert eine vollwertige Hauptspeise oder mit Preiselbeeren gefüllt ein wunderbares Gebäck zum Tee oder Kaffee.

Auch für unterwegs sind die Fett gebackenen Küchlein ein guter Energiespender. Das Gebäck hält sich zwei Tage frisch, muss nicht kühl gehalten, und kann daher für Wanderungen wunderbar vorbereitet werden.



170 Minuten



20 Stück

Zutaten

Für den Teig:

1 Packung Trockengerm

¼ Liter Milch

500 g Weizenmehl

90 g Staubzucker

2 Eier

90 g Butter

Abrieb von einer Bio-Zitrone

1/2 TL Salz

Zum Ausbacken:

2-3 Packungen Ceres Soft

Dekoration:

Staubzucker zum bestreuen

Zubereitung

- Den Trockengerm in der lauwarmen Milch mit etwas Zucker auflösen. Das Mehl fein sieben und in einer Schüssel geben.
- Die Eier, Staubzucker, geschmolzene Butter und Hefemilch, Zitronenabrieb und Salz zugeben und mit dem Rührgerät, Knethacken, zu einem glatten Teig verarbeiten.
- Den Teig abgedeckten Teig, hierfür eignet sich ein Geschirrtuch oder Frischhaltefolie, im Backofen bei 35 Grad Celsius Umluft ca. eine Stunde gehen lassen.
- Den Teig für die Ausgezogenen erneut kneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche, bestenfalls ein Nudelbrett, ca. 5 mm dick ausrollen.
- Runde Teiglinge, mit einem Durchmesser von ca. 8 cm, ausstechen. auf ein bemehltes Backblech mit Backpapier setzten und erneut im Backofen bei 35°C ca. eine Stunde gehen lassen. Die Teiglinge für die Ausgezogenen sollten sich in der Größe verdoppeln.
- Die aufgegangenen Rohteiglinge nun in der Mitte dünn ausziehen, der Rand soll deutlich dicker sein. Traditionell wurde der Teig „über das Knie“ ausgezogen, das „Ausziehen“ gelingt mit etwas Geschick mit den Händen genauso gut.
- Ein Backblech mit mehreren Lagen Küchenpapier auslegen.
- Das Ceres Soft in einem Topf auf 170°C erhitzen, die „Ausgezogenen“ nach und nach, auf jeder Seite 2-3 Minuten ausbacken.
- Die frittierten Ausgezogenen auf das vorbereitete Backblech setzten, abtropfen und leicht auskühlen lassen, mit Staubzucker bestreuen und genießen.

Süßes, Vegetarisch

[Zurück](#)