

Mohnschnecken

Weiche **Hefeteigschnecken mit saftiger Mohnfüllung! Gelingen leicht!**

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei siehe Tipp, fruktosearm siehe Tipp



Für etwa 12 Stück

Für den Teig:

250g helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)

1 gestrichener TL Xanthan

1/2 Würfel frische Hefe

40g Zucker

125ml lauwarme Milch (ggf. laktosefrei)

40g flüssige Butter (ggf. laktosefrei)

1 Ei

1 Prise Salz

Für die Füllung (diese ist laktose- und milchhaltig):

1 Packung Mohn-Back (z.B. von Schwartau)

60g Schmand

Für die Mohnfüllung:

150ml Milch (ggf. laktosefrei)

120g Zucker

160g gemahlener Mohn

etwas abgeriebene Zitronenschale

1 Messerspitze Zimt

2 EL glutenfreie Semmelbrösel oder Paniermehl

Puderzucker zum Bestreuen

1. Den Hefeteig herstellen. Die Mehlsorten in eine Schüssel sieben. Xanthan, Zucker und Salz ebenfalls zugeben und alles vermischen.
2. Die Hefe in der lauwarmen Milch auflösen und mit flüssiger Butter und dem Ei zum Mehl geben. Alles mit einem Kochlöffel oder den Knethaken eines Handrührgerätes verrühren bis ein glatter Teig entsteht. WICHTIG: Der Teig muss weich, aber dennoch knetbar sein! Sollte sich der Teig etwas zu fest anfühlen, noch etwas Milch unter den Teig kneten!
3. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit bemehlten Händen kurz kneten. Wichtig ist hierbei, dass nicht übermäßig viel Mehl unter den Teig geknetet wird! Sonst wird der Teig zu fest und das Endprodukt trockener. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche etwa 5mm dick, zu einem Rechteck ausrollen.
4. Für die Füllung Mohn-Back und Schmand verrühren. Alternativ für die laktose- und milchfreie Füllung: Milch und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Von der Kochstelle nehmen und den gemahlenen Mohn und alle übrigen Zutaten für die Mohnfüllung zugeben, gut durchrühren.
5. Die Mohnmasse gleichmäßig auf den Teig streichen.
6. Den Teig von der Breitseite her zusammenrollen und Scheiben von etwa 1,5 cm Dicke abschneiden. Diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit einem Tuch zugedeckt, an einem warmen Ort 45 Minuten aufgehen lassen.
7. Anschließend im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) 25-30 Minuten backen.
8. Die Mohnschnecken aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Mit Puderzucker bestreuen.

Fruktosearm – Tipp: Reissirup anstatt Zucker verwenden. Reissirup besitzt eine geringere Süßkraft, deshalb etwas mehr Reissirup als die angegebene Menge Zucker verwenden.

Milchfrei – Tipp: Anstatt Milch beliebigen Milchersatz auf Mandel-, Hirse-, Soja- oder Reisbasis verwenden. Pflanzenmargarine anstatt Butter verwenden.