

Pudding-Häschen

Himmlische Puddingbrezeln mal anders! Gerade zur Osterzeit sind die köstlichen Puddingbrezeln in Häschenform eine zauberhafte Variante. Aber auch als Mitbringsel oder zum Kindergeburtstag sind die leckeren Häschen eine tolle Abwechslung. Die Rezeptidee stammt von Norman & Nicole und wurde in der Facebook-Gruppe „Zöliakie Austausch“ entdeckt. Ein ganz besonderes Dankeschön an Norman & Nicole für die herrliche Idee und das tolle Bild! ☐

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milch- und maisfrei siehe Tipp am Rezeptende



Für 6 große Pudding-Häschen oder 8 kleinere Pudding-Häschen

Für den Teig:

225g Mehlmischung Mix B von Schär ODER 245g Mix it
Universalmehlmischung von Schär*

55g Zucker

3/4 P. Backpulver

1 P. Vanillezucker

3/4 gestrichener TL (1g) Xanthan (nicht zu viel verwenden!)

1 Prise Salz

200g Speisequark 20% Fett (ggf. laktosefrei)

40g Speiseöl, z.B. Sonnenblumenöl

1 Ei (Gr. L)

Für die Puddingfüllung:

1/2 P. Vanillepuddingpulver

20g Zucker

200ml Milch (ggf. laktosefrei)

25ml Sahne (ggf. laktosefrei)

Für den Belag:

Zuckerguss aus 100g Puderzucker und 1,5 – 2 EL Zitronensaft

oder Aprikosenkonfitüre leicht erwärmt

oder Puderzucker zum Bestreuen

1. Den Teig herstellen. Alle trockenen Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mischen. Alle restlichen Zutaten zugeben und einen glatten Teig herstellen. Den Teig bei Zimmertemperatur, abgedeckt mit einem Geschirrtuch, etwa 25 Minuten ruhen lassen.

2. Unterdessen die Puddingfüllung herstellen. 100ml Milch und Vanillepuddingpulver verrühren. Restliche Milch, Sahne und Zucker unter Rühren zum Kochen bringen. Dann das Puddingpulvergemisch zügig einrühren und einmal aufkochen lassen. Den Pudding sofort mit Frischhaltefolie direkt abdecken und leicht abkühlen lassen, bis der Teig geformt ist.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche geben und in 6 oder 8 Stücke teilen. Jedes Teigstück zu einem Strang rollen, der Durchmesser pro Strang beträgt etwa 1,5cm. Den Strang in formen, sodass ein Häschen entsteht, siehe Bild, und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die freie Lücke der Teiglinge mit Pudding befüllen.

4. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 25 – 30 Minuten goldgelb backen. Auskühlen lassen.

5. Nach Wunsch aus Puderzucker und Zitronensaft einen Guss anrühren und die ausgekühlten Pudding-Häschen damit bepinseln. Alternativ die ausgekühlten Pudding-Häschen dünn mit warmer Aprikosenkonfitüre bepinseln und trocknen lassen. Auch lediglich bestreut mit Puderzucker schmecken die Pudding-Häschen sehr lecker! ?

***Die Wahl der glutenfreien Mehlsorte entscheidet über das Teigergebnis. Mit einer Mehlmischung die hauptsächlich aus Mais besteht, z.B. Mix C von Schär, trocknet der Teig schnell nach und die Textur fällt leicht "grisselig" aus. Mit einer Mehlmischung auf Reis- und Kartoffelbasis war der Teig sehr gut, aber leicht kompakt. Das beste Ergebnis erzielte ich mit der Mehlmischung auf Mais-Reis-Basis, Mix B von Schär.**

Milchfrei – Tipp: Speisequark durch 180g Quarkersatz auf Sojabasis tauschen. Pflanzendrink, z.B. Cashew- oder Mandeldrink, anstatt Milch für die Puddingfüllung verwenden. Mit Reisdrink gelingt Pudding leider nicht immer zuverlässig! Mandel Cuisine anstatt Sahne einsetzen.

Maisfrei – Tipp: Für den Teig die Mix it Universalmehlmischung von Schär einsetzen. Backpulver auf Tapiokabasis verwenden, z.B. von BioVegan. Für die Puddingfüllung 40g Reisstärke, z.B. von Werz, anstatt Vanillepuddingpulver verwenden. 1/2 TL gemahlene Vanille einsetzen.

