

Schinken-Käse-Hörnchen

Der Beitrag enthält Werbung für die Marke Panista.

Die Temperaturen werden kühler, und so macht das Backen wieder richtig Freude. Wenn sich dann noch so ein himmlisch-köstliches Backergebnis einstellt, wie diese formschönen Schinken-Käse-Hörnchen, dann hat sich der Aufenthalt in der Küche so richtig gelohnt! Obwohl ich seit über 18 Jahren glutenfrei lebe, sind herhaft gefüllte Hörnchen für mich immer noch ein Hingucker in der Backwarenabteilung! Zu gut kann ich mich an ihre zugleich zarte und krosse Textur erinnern! So ist es für mich höchste Zeit geworden, selbst pikant gefüllte Hörnchen in glutenfreier Form herzustellen!

Als Grundteig für die schmackhaften Leckerbissen sind verschiedene Teige möglich, zum Beispiel Blätterteig, Plunderteig, Quark-Öl-Teig oder Hefeteig. Ich habe mich für Letzteren entschieden, da mir die Kombination mit der würzigen Füllung geschmacklich sehr gut gefällt und die Hörnchen aus Hefeteig schön aufgehen.

Als Basismehl verwende ich eine maisfreie Mehlmischung von Panista und zwar die „[Mehlmischung Dunkel](#)“. Diese Mehlmischung ist mit Buchweizenmehl abgerundet und passt prima zur herhaften Füllung. Wer möchte, kann aber auch eine helle glutenfreie Mehlmischung verwenden, zum Beispiel die „[Mehlmischung Hell](#)“ von Panista. Auch Mehrfachallergiker finden bei Panista eine breite Auswahl von verträglichen Produkten. Die Frischebäckerei ist für köstliche Brote, Brötchen und süße Backwaren bekannt, aber auch Kekse, Mehle, Backmischungen und Backzutaten sind bei Panista erhältlich. Das Besondere an diesem Angebot: Panista produziert ohne Gluten, glutenfreie Weizenstärke, Mais und Soja. Zusätzlich sind viele Produkte laktosefrei, milchfrei, eifrei, hefefrei und/oder vegan. Eine Übersicht der Panista-Produktvielfalt findest du [HIER](#) im Online-Shop.

Die Geschmäcker sind bekanntlich unterschiedlich. Aber bei einem Punkt sind alle einer Meinung: Es darf nicht zu trocken schmecken. Gerade glutenfreie Backwaren wurden viele Jahre als staubtrocken und ungenießbar eingeschätzt. Um bei diesem Rezept ein besonders saftiges Backergebnis zu erhalten, wird der Teig dünn ausgerollt und üppig mit Schinken und Käse gefüllt. So mancher wird beim Anblick der Hörnchen denken: Ob es wohl gut ist, dass der Käse aus den Hörnchen läuft? Es ist ganz wunderbar! Denn nur so wird bereits der erste Bissen der pikanten Hörnchen zum saftigen und aromatischen Geschmackserlebnis! Lauwarm sind die Hörnchen ein Traum, aber auch kalt schmecken sie einfach köstlich! ☐

Hier nun das Rezept für die Schinken-Käse-Hörnchen!

Frei von: Gluten, Weizen, Mais (im Mehanteil), Laktose, Soja, milchfrei siehe Tipp, fruktosearm siehe Tipp, eifrei siehe Tipp



Für 8 Hörnchen

Für den Hefeteig:

15g Frischhefe ODER 1/2 P. Trockenhefe

165ml Wasser, lauwarm

250g [Mehlmischung Dunkel von Panista](#)

1 TL Flohsamenschalenpulver

$\frac{1}{2}$ TL Salz

1 Prise Zucker

1 EL Speiseöl

2 TL Backpulver

Außerdem:

1 Eigelb

1 EL Milch (ggf. laktosefrei)

je 1 EL Mohn und Sesam

glutenfreies Mehl für die Arbeitsfläche

Für die Füllung:

150g gekochter Schinken, in Scheiben

250g Käse (z.B. junger Gouda), in Scheiben (ggf. laktosefrei)

1. Den Hefeteig herstellen. Die Hefe, egal ob Frisch- oder Trockenhefe, im lauwarmen Wasser auflösen. Mehl, Flohsamenschalen, Salz und Zucker in eine Rührschüssel geben und mischen. Das Hefewasser und Öl zugeben und alles zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in der Rührschüssel belassen, mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten aufgehen lassen.

2. Anschließend das Backpulver unter den Teig kneten und den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Mit einer Teigrolle kreisförmig ausrollen, etwa 0,3 – 0,4 mm dünn. Den Teig gleichmäßig mit Schinken und Käse belegen. Dann den belegten Teig mit einem Pizzaschneider mittig teilen, dann vierteln und die Viertel nochmals teilen, sodass vom Aussehen her 8 Pizza-ähnliche Stücke entstehen.

3. Nun an der breiten Stelle den Teig mittig etwa 3 – 4cm einschneiden (siehe Bild 2), so lassen sich die Hörnchen schöner biegen. Den Teig jeweils von der Breitseite her aufrollen, leicht biegen und mit der Teigspitze nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Eigelb und Milch verrühren und die Hörnchen damit bepinseln. Mit der Mohn-Sesam-Mischung bestreuen.

4. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 20 – 22 Minuten backen. Hörnchen aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen und genießen!

Milchfrei – Tipp: Milch durch einen pflanzlichen Milchersatz tauschen. Anstatt Käse eine vegane Alternative verwenden. Im Reformhaus oder Bioladen sind vegane Käsesorten erhältlich. Bitte stets darauf achten, dass die Käsealternative glutenfrei ist.

Fruktosearm – Tipp: Zucker durch Traubenzucker oder Reissiurp ersetzen.

Eifrei – Tipp: Ei-Ersatzpulver anstatt Eigelb verwenden. Wer mag, kann die Hörnchen auch mit Sahne, Milch oder Öl bepinseln. Allerdings halten die Saaten dann nicht so gut auf der Oberfläche.

Bild 1: Den Teig dünn ausrollen, mit Schinken und Käse belegen und anschließend schneiden.



Bild 2: An der breiten Stelle jeweils einige Zentimeter einschneiden.



Bild 3: Die Teiglinge auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit Eigelb-Milch bepinseln und mit Saaten bestreuen.



Weitere Bilder: Fertige Hörnchen

