

Dampfnudeln selbst gemacht - So kann es gelingen, juhu. Januar 2022.

Hier das von mir verwendete Dampfnudel Rezept mit Anleitung:

Für 7 Dampfnudeln, die füllend in die verwendete Edelstahlpfanne passen.

Zutaten und Anleitung 1. Teil:

-> Einen **Würfel Hefe (42 g)** in wenig lauwarmen Wasser lösen, z.B. mit Schneebesen in einem Becher oder kleine Schale aufrühren. **Bild 1.**

-> **375 g 630er Dinkelmehl** in eine Rührschüssel geben. **Bild 2.**

-> Dann **250 ml lauwarme Milch** zugeben. Kühlschrankmilch z.B. ganz kurz in der Mikrowelle erwärmen.

-> Dann die gelöste Hefe dazugeben + **1/2 Teelöffel Salz + 1/2 Teelöffel Zucker.**

-> Das ganze z.B. mit einem Handmixer und Knethaken ca. 10 Minuten kneten.

Praktisch: das ist gleichzeitig ein gutes Oberarmmuskel Training. **Bild 3.**

[Option: Man kann auch noch ca. 20 g Butter dazugeben, einfach ausprobieren.]

Die Rührschüssel abdecken und den Teig schön gehen lassen. Ca. 20 Minuten sollten reichen. Volumen sollte sich in etwa verdoppeln. **Bild 4.**

Ich hatte in der Summe ca. 700 g Teig, dass ergibt gute 7 Dampfnudeln. Ca. 90-100 g Teig braucht es für eine schöne Dampfnudel.

Zutaten und Anleitung 2. Teil:

Jetzt kommt der große Spaß, die Dampfnudeln formen.

Ich benutze dazu einen Teigschaber und als Unterlage eine Silikonmatte.

Darauf etwas Mehl streuen und aus dem Hefeteig eine Art Brot formen und dann mit dem Teigschaber ca. 90 g Stücke abschneiden (bzw. gleichmäßig in 7 Teile aufteilen) und jedes Stück zu der gewünschten Dampfnudel (Kugel) formen. **Bild 5 und Bild 6.**

Die fertigen Dampfnudeln abgedeckt nochmal ca. 20 Minuten gehen/stehen lassen. **Bild 7.**

Zutaten und Anleitung 3. Teil:

Letzter Teil, das Brutzeln. Hier heisst es etwas aufpassen.

-> **3 Esslöffel Sonnenblumenöl mit einem halben Teelöffel Salz** in die Pfanne geben und aufheizen. Bei meinem Herd gehe ich so auf Stufe 6-7 von 9.

-> Wenn das Öl gut verlaufen ist und das Salz ebenso gut gelöst, die Dampfnudeln gleichmäßig in der Pfanne verteilen. **Bild 8.**

-> **75 ml Wasser** dazugeben.

Glasdeckel auf die Pfanne. Der Deckel sollte gut/dicht sitzen.

Dann Geduld, Geduld, Geduld und warten bis das Wasser weg ist und es in der Pfanne anfängt zu brutzeln.

Bei mir dauert das so ca. 20 Minuten! Das Brutzeln hört man gut. Jetzt gilt es eine schöne Kruste zu erzeugen. Ich lasse dazu die Dampfnudeln genau 2 Minuten brutzeln und dann raus auf den Teller und guten Appetit. Wenn es verbrannt riecht, sofort die Pfanne vom Herd nehmen und Kruste kontrollieren. Sollte der Pfannendeckel nass sein, das Wasser vorsichtig wegschütten, bitte nicht in die Pfanne gelangen lassen. Ohne Gewähr :-)

Bild 1.

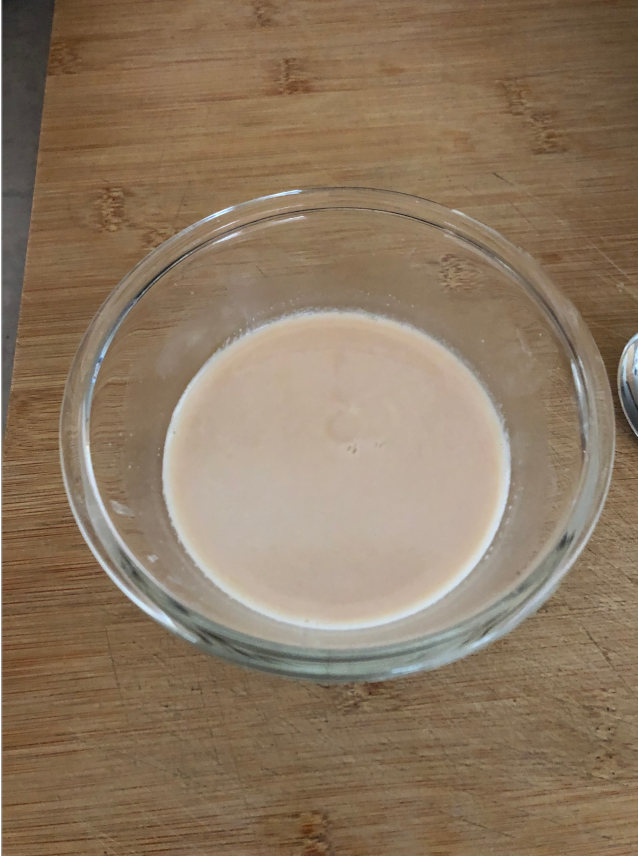


Bild 2.

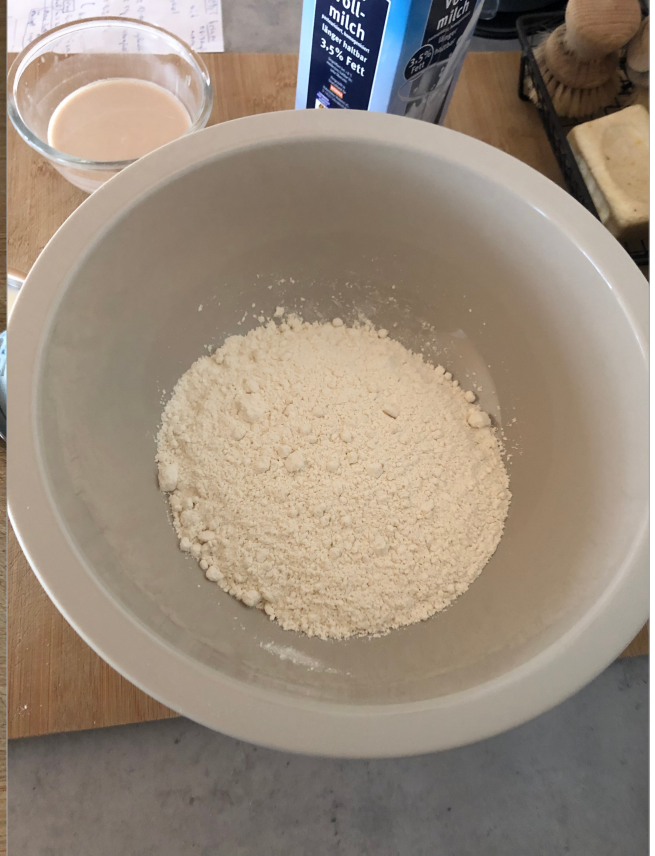


Bild 3.



Bild 4.



Bild 5.



Bild 6.



Bild 7.



Bild 8.



Zutaten für 7 Dampfnudeln:
1 Würfel Hefe (42 g)
375 g 630er Dinkelmehl
250 ml (lauwarme) Milch
3 Esslöffel Sonnenblumenöl
75 ml Wasser
Salz und Zucker nach Bedarf bzw. wie im Rezept angegeben
Als Vorlage habe ich folgendes Chefkoch Rezept benutzt:
https://www.chefkoch.de/rezepte/997031205065853/Salzige-Dampfnudeln.html