BIBLIOTHEK FÜRS LEBEN

# BACKEN

Für jeden Anlass
das perfekte Rezept

G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

# Impressum

© eBook: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, www.gu.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Linh Nguyen

Redaktionelle Mitarbeit: Susanne Bodensteiner

Lektorat: Gertrud Köhn

Korrektorat: Waltraud Schmidt

Covergestaltung: ki36 Editorial Design, München, Bettina Stickel

eBook-Herstellung: Viktoriia Kaznovetska

ISBN 978-3-8338-8387-3

1. Auflage 2022

Bildnachweis
Coverabbildung: Stockfood
Fotos: Mathias Neubauer
Syndication: www.seasons.agency
GuU 8-8387 07_2022_02

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de

www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE UND UNZER

*Ein Unternehmen der*
GANSKE VERLAGSGRUPPE

## LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.
Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

## KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG
Grillparzerstraße 12
81675 München

## Wichtiger Hinweis:

Die Backzeiten können je nach Herd variieren. Unsere Temperaturangaben, wenn nicht anders angegeben wird, beziehen sich auf das Backen im Elektroherd mit Ober- und Unterhitze. Details entnehmen Sie bitte der Bedienungsanleitung Ihres Backofens.

*Wer backt hier was Schönes?*

# UNSERE AUTORINNEN

## Christa Schmedes

»

Ich freue mich, dass ich mit meinen besten klassischen Rezepten bei dem großen GU-Jubiläumsbackbuch dabei sein kann. Ob Mini-Muffin oder Sachertorte: Backen ist meine große Leidenschaft. Ich liebe es, Rezepte zu

entwickeln oder Klassiker ins beste Licht zu rücken.

«

## Corinna Schober

---

»

Meine liebsten veganen Koch- und Backrezepte teile ich seit 2016 auf meinem Blog. Als Backqueen habe ich mir die leckersten Köstlichkeiten natürlich für das GU-Jubiläumsbackbuch aufgehoben.

«

## Sandra Schumann

»
Als Foodstylistin spielt für mich auch das Visuelle immer eine große Rolle. Deshalb finde ich es besonders schön, wenn Torten und Kuchen nicht nur toll schmecken, sondern auch echte Hingucker sind.
«

## Anne-Katrin Weber

»
Ein feines Stück Kuchen zum Nachmittagskaffee, eine Scheibe gutes, knuspriges Brot: Das macht mich glücklich. Erst recht natürlich, wenn beides aus meiner eigenen Backstube stammt und ich weiß, welche Zutaten, wieviel Liebe darin stecken.
«

# DIE BASICS DES BACKENS

*Bevor‘s losgeht: eine kurze Einführung in die Welt der Formen, Utensilien & Backzutaten.*

# FORMEN

*Ob Traumtorte, Tartelette oder zarte Plätzchen: So kommt mit Liebe Gebackenes am besten in Top-Form.*

## Spring-, Kasten- und Gugelhupfform

Die Basics! Wer gern Mini-Cakes backt, schafft sich neben der 26er-Springform auch eine kleinere mit 20 cm Ø an. Für Rührkuchen und Brote brauchst du eine Kastenform, für klassischen Marmorkuchen und neue Kreationen auch eine Gugelhupfform. Gute Formen leiten die Hitze gleichmäßig weiter und haben eine kratzfeste Antihaftversiegelung.

## Backblech

Wer viel backt, braucht mehr als eins! Dann kannst du bei Umluft auf zwei Etagen backen oder Cookies auf einem Blech verteilen, während auf dem anderen Kekse im Ofen knusprig werden.

## Formen für Tartes

Aus Spezial-Keramik oder ofenfestem Glas verzeihen sie Kratzer, dürfen in die Spülmaschine, ins Tiefkühlfach und in die Mikrowelle. Allerdings können sie auch zu Bruch gehen. Das kann mit Metallformen nicht passieren. Diese sollten aber unbedingt eine gute Beschichtung haben. Praktisch sind flache Formen mit herausnehmbarem Boden, sie eignen sich allerdings nicht für flüssige Teige. Du backst am liebsten in XS? Mini-Formen für Tartelettes gibt es ebenfalls in verschiedenen Größen und Materialien.

## Muffins & more

Das traditionelle 6er- oder 12er-Muffinblech aus Metall sollte man trotz Beschichtung immer gut einfetten. Bei Silikonformen kannst du dir diese Arbeit sparen. Die gebackenen Minis lassen sich leicht herausdrücken. Noch mehr Lust auf kleine Kuchen? Dann kauf dir Flexi-Formen für die kugelrunden Cake Pops oder für Cake Sicles am Stiel. Da Silikon nicht nur hitzefest, sondern auch

tiefkühltauglich ist, kannst du in Popsicle-Formen auch Eis zubereiten.

### Tortenring

Er sollte mindestens 6 cm hoch und aus Edelstahl sein. Die besten lassen sich stufenlos bis auf 40 cm Ø ausziehen.

### Plätzchen-Ausstecher

Sonne, Mond und Sterne, Herzchen oder Totenköpfe – die Formenvielfalt ist riesig. Für die üblichen Plätzchen sind runde Ausstecher mit 3–4 cm Ø ideal.

# UTENSILIEN & GERÄTE

*Hinter erfolgreichem Backen steckt kein großes Geheimnis, sondern solide Handarbeit, die mit gutem Equipment am besten gelingt.*

## Schneebesen

Ein Schneebesen mit dünnen Drähten leistet beim Rühren von Cremes und dünnflüssigen Teigen gute Dienste. Kräftigere Drahtschlaufen haben Schlagbesen, mit denen sich dickflüssigere Teige aufmischen lassen. Ein Spiral-Rührbesen macht schnell Schluss mit Klümpchen. Mit den abgewinkelten Spiralen erreichst du auch in kleinen Gefäßen alle Ecken und Rundungen.

## Nudelholz

Der Klassiker wird aus feinporigem hartem Holz wie Buche oder Ahorn gemacht. Profis greifen auch gern zu einem schlichten Rollholz ohne Griffe, weil sich damit Teige auch direkt auf dem Blech ausrollen lassen.

## Backpapier

Ideal für Bequeme! Ein Bogen Backpapier auf dem Blech schützt vor Anbrennen und spart Spülarbeit.

## Teigschaber und Paletten

Eiweiß oder Sahne unterheben, Teig aus der Schüssel lösen und auf dem Blech glatt streichen – da zeigt ein Teigschaber seine Talente. Bei schweren Teigen macht sich ein Teigspachtel nützlich. Mit Paletten verstreichst du Cremes auf Torten oder Teige auf dem Blech besonders gleichmäßig. Mit einer Winkelpalette kannst du – dank Knick – mühelos innerhalb eines Tortenrings oder einer Form hantieren.

## Spritzbeutel & Tüllen

Für Glasuren sind Einweg-Spritzbeutel praktisch. Wer gerne dekoriert, garniert und verziert, wählt wiederverwendbare Spritzbeutel aus beschichteter Baumwolle mit Tüllen aus Edelstahl.

## Handrührgerät

Das Powertool! Du brauchst keine Hochleistungs-Küchenmaschine, aber ein Handrührgerät ist beim Backen unentbehrlich. Mit den Rührbesen kannst du mühelos Teigzutaten mischen, Cremes luftig aufschlagen oder Butter schaumig rühren. Nutze die Knethaken, um feste Hefeteige elastisch zu kneten.

## Waage

Die muss genau sein! Empfehlenswert ist eine digitale mit Zuwiegefunktion.

# DIE GRUNDZUTATEN

*Qualität ist wichtig! Mit dem richtigen Mehl, hochwertigem Fett und frischen Eiern backen sich himmlische Kuchen fast von allein.*

## Mehlsorten & -typen

Weizen sowie Dinkel, eine Weizen-Urform, liefern viel Klebereiweiß, das Flüssigkeit in Teigen bindet. Roggenmehl ist dank spezieller Stärke und Enzymen perfekt für Brot. Die Typenzahl gibt Auskunft über den Mineralstoffgehalt. Hohe Typenzahl bedeutet hoher Anteil an Schalen und damit hoher Anteil an wertvollen Inhaltsstoffen. »Normales« Weizenmehl hat Type 405, feines Dinkelmehl Type 630. Vollkornmehle sind ohne Typenzahl, sie enthalten alle Inhaltsstoffe des Korns.

## Butter, Margarine & Öle

Süßrahmbutter aus reiner Sahne harmoniert mit ihrem mild-süßlichen Aroma mit feinem Gebäck. Für Sauermilchbutter wird die Sahne mit Milchsäurebakterien versetzt. Sie hat eine frische Note, was gut zu Tartes und kräftigen Kuchen passt. Pflanzliche Alternativen zu Butter sind Margarine und Öle (s. >).

## Molkereiprodukte

Crème fraîche, saure Sahne, Schmand und Joghurt werden im Gegensatz zur Sahne mit Milchsäurebakterien gesäuert und unterscheiden sich nur im Fettgehalt. Wer keine tierischen Produkte im Kuchen mag, findet vegane Alternativen.

## Eier

Frische Eier nehmen! Sie lassen sich leichter trennen und luftiger aufschlagen. Bio-Eier (Kennziffer 0) bevorzugen.

## Honig & Zucker

Neben weißem Haushaltszucker gibt es braunen Zucker, er enthält natürliche Melasse, die Süßem einen aromatischen Kick gibt. Honig süßt kerniges Brot, Buns oder Brötchen würziger als Zucker. Die Enzyme von

naturbelassenem Honig können die Konsistenz von Cremes oder Teigen beeinflussen. Deshalb dafür ein wärmebehandeltes Produkt vorziehen.

## Backpulver, Hefe, Sauerteig

Geschmacksneutral und effektiv für die Lockerung von Teigen ist Backpulver. Ob Trockenhefe oder frische Hefe: Die Pilze brauchen Wärme und Nahrung. Dann bringen sie eine Gärung in Gang, die für herrlich lockeren Teig sorgt. Nützliche Bakterien sind am Werk, wenn Brotteig mit Sauerteig schön aufgeht.

# LIEBLINGSZUTATEN

*Nüsse voller Aroma, herrlich dunkle Schokolade oder Trockenfrüchte mit feiner Süße verpassen Cakes und Cookies eine Extraportion Hochgenuss.*

## 1. Trockenfrüchte

Süß! Rosinen, getrocknete Aprikosen, Feigen und Datteln bieten konzentrierten Fruchtgeschmack. Bevorzuge ungeschwefelte Trockenfrüchte aus Bio-Anbau und bewahre sie bis zum Backen gut verpackt in dicht schließenden Tüten, Gläsern oder Dosen auf.

## 2. Nüsse & Kerne

Kleine Kraftpakete! Ihre ungesättigten Fettsäuren machen Walnüsse, Cashews, Mandeln & Co. zu wertvollen Lebensmitteln, lassen sie aber auch schnell ranzig werden. Vor allem gemahlene Kerne in angebrochenen

Tüten verlieren rasch an Geschmack. Idealerweise kaufst du ganze Nüsse und mahlst sie erst bei Bedarf.

## 3. Schokolade, Kuvertüre & Kakao

Zum Dahinschmelzen! Je höher der Anteil an Kakaomasse, desto dunkler und hochwertiger ist Schokolade. Billige Tafeln enthalten einfaches Pflanzenfett und viel Zucker. Weiße Schokolade wird ohne dunkle Kakaomasse aus Kakaobutter, Zucker und Milch oder Sahne hergestellt. In Kuvertüre steckt reichlich Kakaobutter, die Glasuren schön glänzen lässt. Beim Backen ist dunkler Rohkakao ohne Zuckerzusatz der Favorit. Schwach entöltes Pulver enthält mehr Kakaobutter und schmeckt intensiv. Ist der Kakao stark entölt, ist sein Aroma weniger herb.

## 4. Gewürze

1 Prise Magie gefällig? Mit warm-würzigen Aromen runden Zimtpulver, gemahlene Vanille und frisch geriebene Tonkabohne Muffins, Mohnkuchen und Torten harmonisch ab. Frische Brise bringen die Schalen von Zitrusfrüchten in Kekse und Kuchen. Am besten Bio-Orange oder -Zitrone bei Bedarf abreiben.

# GRUNDREZEPTE

*Alle Teige Schritt für Schritt erklärt und zahlreiche Profi-Tipps für gutes Gelingen.*

# MÜRBETEIG

15 Min. Zubereitung
30 Min. Kühlen

*300 g Mehl (+ Mehl zum Arbeiten)*
*Salz*
*100 g Zucker*
*200 g kalte Butter*
*2 Eigelbe (M; ersatzweise 1 Ei, M)*

1. Das Mehl auf die Arbeitsfläche häufen, mit 1 Prise Salz und dem Zucker mischen. Nach Belieben Zitronenschale oder Vanillezucker dazugeben. In die Mitte eine Mulde drücken, Butter in Stückchen und Eigelbe hineingeben (Bild 1) und mit etwas Mehl vom Rand vermischen.

2. Alles mit einer Palette oder einem großen Messer durchhacken (Bild 2), dabei vom Rand zur Mitte arbeiten.

3. Alles rasch zu einem glatten Teig verkneten (Bild 3). Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt im Kühlschrank mindestens 30 Min. ruhen lassen.

4. Den Teig auf wenig Mehl ausrollen (Bild 4) und je nach Rezept weiter verarbeiten.

VARIANTE *Für einen gerührten Mürbeteig die weiche Butter, Zucker und Eigelbe mit den Rührbesen des Handrührgeräts cremig verrühren. Das Mehl mit 1 Prise Salz dazugeben, alles rasch verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt im Kühlschrank mindestens 30 Min. ruhen lassen.*

IDEAL FÜR ... *Mürbeteig ist nicht nur die ideale Unterlage für Obstkuchen, Käsekuchen, Tartes und Tartelettes, aus ihm werden auch Kekse und Plätzchen gebacken. Bei herzhaften Gemüsekuchen und Quiches darf der mürbe Boden natürlich auch nicht fehlen. Für herzhaften Mürbeteig einfach den Zucker weglassen und stattdessen 1 TL Salz in den Teig geben.*

GELING-TIPP *Perfekter Mürbeteig soll knusprig, aber dennoch zart und nicht hart oder bröselig sein. Dafür ist schnelles Arbeiten die Voraussetzung. Knetet man den Teig nämlich zu lange, schmilzt die Butter und trennt sich wieder vom Mehl, sodass der Teig seine Bindung verliert. Er wird trocken, brüchig und lässt sich nicht gut ausrollen.*

AUFBEWAHREN *Mürbeteig kann man sehr gut auf Vorrat vorbereiten. Roher Teig hält sich luftdicht verpackt im Kühlschrank ca. 1 Woche, tiefgekühlt bis zu 3 Monate.*

# HEFETEIG

20 Min. Zubereitung
1 Std. 15 Min. Gehen

*250 ml Milch*
*500 g Mehl*
*½ TL Salz*
*¾ Würfel frische Hefe (30 g)*
*80 g Butter*
*60 g Zucker*
*2 Eier (M)*

1. Die Milch lauwarm erhitzen. Mehl und Salz in eine große Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe zerbröckeln, mit der Hälfte der Milch glatt rühren (Bild 1). Die Hefe-Milch in die Mulde gießen, etwas Mehl vom Rand darüberstäuben. Den Vorteig abgedeckt an einem warmen Ort 15 Min. gehen lassen.

2. Die Butter in einem Topf zerlassen, mit übriger Milch, Zucker und Eiern verrühren und zum Vorteig geben (Bild 2). Alles zu einem geschmeidigen, glänzenden Teig verkneten, der sich vom Schüsselrand löst (Bild 3).

3. Den Teig mit einem Küchentuch abgedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen. In der Zeit verdoppelt er sein Volumen (Bild 4). Anschließend je nach Rezept weiter verarbeiten.

IDEAL FÜR … *Hefeteig ist ein echter Tausendsassa. Mit ihm kann man unendlich viele Köstlichkeiten zaubern: Gugelhupf, Buchteln, Zimtschnecken, Zöpfe, Blechkuchen, Stollen, Brioche und noch vieles mehr. Er schmeckt pur*

*als Hefezopf, ist aber auch enorm anpassungsfähig und harmoniert mit Nüssen, Früchten und Pikantem in Form von Quiches, Flammkuchen und Pizza.*

GELING-TIPP *Unberechtigterweise gilt der Hefeteig als Diva unter den Teigen. Dabei muss man keine Angst vor ihm haben. Das Einzige, was man bei der Zubereitung falsch machen kann, ist die Hefe zu überhitzen. Bei Temperaturen über ca. 45° sterben die Hefepilze, der Teig wird also nicht aufgehen. Wenn man keine Eile hat, kann man den Hefeteig am Vorabend zubereiten und über Nacht im Kühlschrank gehen lassen. In dem Fall braucht man dann keinen Vorteig, man kann die Zutaten einfach kalt zusammenkneten.*