

DIE COOLSTEN BACK REZEPT FÜR TEENS

EASY &
TASTY

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: 2024 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2024 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: Nathalie Künzl

Lektorat: Cora Wetzstein

Korrekturat: Andrea Lazarovici

Covergestaltung: ki36 Editorial Design, Anika Neudert, München

eBook-Herstellung: Liliana Hahn

 ISBN 978-3-8338-9454-1

1. Auflage 2024

Bildnachweis

Fotos: Binner, Mona; Bonisolli, Barbara; Eising Studio;
GrossmannSchuerle GbR; Hoersch, Julia; JUNI GbR; Kramp +
Gölling; Lehmann, Jörg; Neubauer, Mathias; Rynio, Jörn;
Schardt, Wolfgang; Winner, Katrin; Wischnewski, Jan

Syndication: Bildagentur Image Professionals GmbH,
Tumblingerstr. 32, 80337 München,

www.imageprofessionals.com

GuU 8-9454 09_2024_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 Redakteur*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

DER BACKOFEN



Um den Backofen einzuschalten, musst du die Temperatur auswählen und die zum Gebäck passende Heizfunktion.



Ober- und Unterhitze

Zum Backen benötigst du meist diese Einstellung, damit dein Gebäck eine schöne Farbe bekommt.



Umluft-Funktion

Wenn du zwei Bleche gleichzeitig in den Ofen schieben möchtest, nimmst du diese Funktion.

Beim Backen solltest du den Ofen immer vorheizen, da die Hitze das Aufgehen der Gebäcke auslöst.

ZUBEREITUNGSHINWEISE



Zubereitung

Das ist die Zeit, die du brauchst, bevor der Kuchen oder das Gebäck gekühlt und/oder gebacken wird.



Backen

Das ist die Zeit im Ofen, bis das Gericht perfekt ist. So kannst du den Zeitpunkt des Genusses planen!



Ruhen

Vor allem Hefeteige benötigen etwas Zeit, um aufgehen zu können. Die musst du einplanen.



Kühlen

Manche Teige oder Cremes müssen erst gekühlt werden, damit sie die richtige Konsistenz bekommen.



Nährwerte

Das ist die Energiemenge, die ein Kuchen oder Gebäck liefert. Eine nützliche Info für bewusste Esser!



SO WIRST DU ZUM BACKPROFI

Backen macht richtig viel Spaß und du kannst deinen Lieblingsmenschen mit süßem und herzhaftem Gebäck ganz viel Freude bereiten. Du musst nur ein paar Dinge beachten, die bestimmte Zutaten und Handgriffe in der Küche betreffen. Dann kann in der Easy-and-tasty-Backstube nichts schiefgehen.

BACK-KNOW-HOW FÜR EINSTEIGER

Die Backausrüstung

Die wichtigsten Gerätschaften in deiner Küche sind Rührschüsseln, darunter eine aus Glas oder Edelstahl, ein Backpinsel, ein Teigschaber, ein Schneebesen, eine Küchenwaage, ein Handrührgerät, eine Teigrolle, Backpapier, diverse Backformen (Must-haves sind Springform, Backblech und Muffinform, Nice-to-Haves sind Cake-Pop-, Donut- und Kranzform) und ein Spritzbeutel mit Lochtülle. Ebenfalls nützlich sind eine Schürze, um deine Kleidung sauber zu halten, und Backhandschuhe.

Das Handrührgerät

Das Handrührgerät, mit dem du in der Backstube arbeitest, hat je einen Satz Rührbesen (sehen aus wie kleine Schneebesens) sowie Knethaken (sehen aus wie eine Spirale) als Grundausrüstung und kann in mehreren Geschwindigkeitsstufen angetrieben werden. Die Rührbesen benötigst du für Rührteige, Biskuit und zum Schlagen von Eischnee sowie Sahne. Mit den Knethaken bringst du die Zutaten für Hefe- und Knetteige in Form.

Formen und Bleche fetten

Formen und Bleche streichst du auf ihren Innenseiten je nach Angabe im Rezept mithilfe eines Backpinsels dünn entweder mit weicher Butter oder mit Pflanzenöl (z. B. geschmacksneutrales Raps- oder Sonnenblumenöl oder Kokosöl) aus.

Form und Blech mit Backpapier auslegen

Ein Backblech belegst du ganz einfach mit einem Stück Backpapier, das die gleiche Größe hat wie der Boden deines Blechs. Im Supermarkt gibt es auch schon vorgeschnittene Backpapierbögen, die an die Normgrößen von Backblechen angepasst sind. Bei einer Springform legst du ein Stück Backpapier, das rundherum etwa 3 cm über den Boden der Form hinausragt, auf den Formboden. Dann setzt du den Rand darauf, sodass er auf dem Papier aufliegt, und klemmst das Papier mithilfe des Randes fest. Die Innenseiten des Formrandes fettest du mit weicher Butter oder Öl – außer bei einem Biskuitboden. Hier würde das Fett den Teig daran hindern, so weit wie möglich am Rand hochzuklettern. Für die Muffinform benötigst du Muffinförmchen aus Papier oder Silikon.

Mehle

In den Rezepten im Buch ist meistens genau angegeben, mit welcher Mehlsorte in welcher Typenart das Gebäck am besten gelingt. Steht nur »Mehl« in der Zutatenliste, dann

verwende entweder Weizenmehl Type 405 oder Dinkelmehl Type 630. Die Typenzahl gibt an, wie hoch der Schalenanteil der Getreidekörner im Mehl ist. Je höher die Typenzahl, desto »vollkorniger« ist das Mehl. Nur Vollkornmehl hat keine Typenbezeichnung, da dafür das gesamte Getreidekorn vermahlen wurde.

Eier trennen

Um ein Ei zu trennen, schlägst du es vorsichtig mit seinem »Äquator« an einen Schüsselrand, sodass eine kleine Bruchstelle entsteht. Nun hältst du das Ei so über die Schüssel, in der du das Eiweiß haben möchtest, dass du mit beiden Daumennägeln in die Bruchstelle fassen kannst. Brich das Ei vorsichtig in zwei Hälften und achte darauf, dass das Eigelb in einer Eierschalenhälfte bleibt, während das Eiweiß in die Schüssel rinnt. Jetzt kannst du das Eigelb noch ein paarmal von einer Schalenhälfte in die andere gleiten lassen, um so viel Eiweiß wie möglich aus dem Ei in die Schüssel zu bekommen. Das Eigelb gibst du dann in eine zweite Schüssel.

Eiweiß steif schlagen

Damit Eischnee perfekt gelingt, ist ein sorgsames Trennen der Eier wichtig: Kein Eigelb darf ins Eiweiß gelangen, denn schon leichte Spuren von Fett – und Eigelb enthält davon eine ganze Menge – verhindern das Festwerden des Eischnees. Achte auch darauf, dass Rührschüssel und -besen des Handrührgeräts fettfrei sind. Wenn du 1 Prise Salz zum Eiweiß gibst, wird der Schnee noch steifer. Schlage das Eiweiß auf höchster Stufe mit den Rührbesen des Handrührgeräts. Für Baiser lässt du zum Schluss noch die angegebene Menge Zucker einrieseln und schlägst so lange weiter, bis der Eischnee ganz steif ist und glänzt – er sollte nicht mehr aus der Schüssel fallen, wenn du sie umdrehst. Gerne mal ausprobieren!

Sahne schlagen

Für Schlagsahne gibst du die kalte, flüssige Sahne in eine große Rührschüssel. Rühre die Sahne zuerst mit den Rührbesen des Handrührgeräts auf niedriger Stufe, bis sich zahlreiche Bläschen bilden. Dann erhöhst du nach und nach die Geschwindigkeit des Handrührgeräts, aber immer so, dass keine Sahne aus der Schüssel spritzt. Schlage die Sahne so lange, bis die Rührbesen Spuren in der Sahne hinterlassen, die nicht mehr verschwinden. Achtung: nicht zu lange rühren! Denn sonst wird aus der Sahne Butter.



Hefeteig gehen lassen

Wenn im Rezept steht, dass du den Hefeteig zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen sollst, dann decke die Schüssel, in der der Teig liegt, mit einem sauberen Küchentuch ab und stelle alles am besten in den Backofen und schalte nur die Backofenlampe ein. Das Licht sorgt für angenehme Wärme, die die Hefezellen zum Arbeiten animiert.

»Den Backofen auf 180° vorheizen« bedeutet in den Rezepten dieses Buchs, dass du die Temperatur plus das Symbol für Ober- und Unterhitze wählst. Das sind die beiden parallel angeordneten Striche. Soll mit Umluft gebacken werden, ist das extra im Rezept vermerkt. Die angegebenen Backzeiten sind jedoch nur Richtwerte, da jeder Backofen eine andere Temperaturverteilung hat. Am besten bleibst du in der Nähe, wenn du ein Gebäck im Ofen hast. Wirf immer wieder einen Blick durch die Backofentür. Bräunt der Teig vorne schneller als hinten, dann dreh die Form zwischendurch einmal um 180 Grad. Wird das Gebäck noch vor Ablauf der Backzeit extrem dunkel, decke es mit einem Bogen Backpapier oder einem Stück Alufolie ab. Um sicherzugehen, dass Rührteige durchgebacken sind, kannst du die sogenannte Stäbchenprobe durchführen. Dazu steckst du einen Holzzahnstocher an der höchsten Stelle in das Gebäck und lässt es ein paar Sekunden stecken. Klebt noch roher Teig am Stäbchen, wenn du es wieder herausziehst, müssen Kuchen, Muffins & Co. noch länger im Ofen bleiben.

Nüsse und Schokolade hacken

Gib Nüsse oder Schokolade, die grob gehackt werden sollen, auf ein großes Schneidebrett. Verwende ein schweres, scharfes Messer, mit dem du nun in wiegenden Bewegungen dein Hackgut zerkleinerst. Sollen Nüsse fein gehackt werden, kannst du auch einen Blitzhacker verwenden und die Kerne bis zur gewünschten Korngröße mahlen.

Schokolade über dem Wasserbad schmelzen

Die Schokolade mit einem scharfen Messer in kleinere Stücke hacken und entweder in einem kleinen Topf bei sehr kleiner Hitze erwärmen, bis sie geschmolzen ist. Oder du gibst die gehackte Schokolade in eine Glas- oder Metallschüssel. Dann füllst du in einen Topf, der so groß ist, dass du auch die Schüssel hineinhängen kannst, so viel Wasser, dass das Wasser den Schüsselboden nicht berührt. Erhitze das Wasser im Topf, es soll heiß sein, aber nicht kochen. Hänge die Schüssel in den Topf und warte, bis die Schokolade flüssig geworden ist. Dabei immer wieder mal mit einem Löffel oder Teigschaber umrühren.

Gebäck aus dem Ofen holen

In der Backstube geht es heiß her. Trage deshalb immer Backhandschuhe (am besten aus Silikon), um Bleche oder Formen aus dem heißen Ofen zu holen. Sie verhindern, dass du dich verbrennst.