

Rezeptideen mit Albaöl



Schwedische Semlor*

Zutaten

(für 30 Stück)

Teig:

260 ml Milch

75 ml Albaöl (70 g)

175 g Zucker

550 g Mehl

1 Würfel Hefe (42 g)

½ TL Kardamom

Abrieb einer halben Zitrone

2 Prisen Salz

1 Ei

Füllung:

75 g Milch

150 g Marzipan

10 g gehobelte Mandeln

2 Becher Sahne (400 g)

1 TL Zucker

Sahnesteif

Zum Bestreichen und Bestäuben:

1 Ei

10 g Puderzucker

Nährwertinformation

1 Stück enthält:

192 Kalorien

9 g Fett

4 g Eiweiß

24 g Kohlenhydrate (= 2 BE)

24 mg Cholesterin

Zubereitung

500 g des Mehls in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Hefe zerbröckeln und mit etwa 50 ml lauwarmen Milch und 1 EL Zucker glatt rühren und in die Mulde hineingeben. Mit etwas Mehl bestäuben und an einem warmen Ort 20 Minuten gehen lassen. Nach und nach restliche lauwarme Milch, Zucker, Salz, Albaöl, Ei und Gewürze hinzufügen und zu einem Teig verarbeiten. Den Teig kneten, bis er glatt und geschmeidig ist, mit Mehl bestäuben und mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen des Teiges verdoppelt hat.

Teig in 30 Stücke teilen, zu runden Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Die Teigkugeln mit verquirltem Ei bestreichen und nochmals gehen lassen.

Backen: im vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten bei 200 °C Heißluft. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Das obere Drittel der Semlor abschneiden und mit einem Löffel Gebäckkrümel aus den Unterteilen herausholen (insgesamt etwa 70 g). Marzipan nach und nach mit der Milch vermengen, bis die Masse eine geschmeidige Konsistenz hat. Zum Schluss die Gebäckkrümel und die Mandeln untermengen. Die Masse auf die Unterteile streichen. Sahne mit Zucker und Sahnesteif aufschlagen und mit einem Spritzbeutel auf die Marzipanmasse geben. Den Deckel aufsetzen, mit Puderzucker bestreuen und frisch verzehren.



* Mit den deutschen Semmeln haben sie heute nur noch eines gemeinsam – den lateinischen Ursprung ihres Namens: „Simila“ bedeutet „fein gemahlene Weizenmehl; daraus gebackenes Brötchen“. Im Unterschied zu unseren Semmeln haben sich die schwedischen Semlor im Laufe der Jahrhunderte von relativ trockenen Brötchen in süße Delikatessen verwandelt.

Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: www.albaeol.de