

Grundrezept Hefeteig (süß)

Zutaten für 26 cm Ø Form:

500 g Mehl,
1 Würfel frische Hefe
oder 2 Päckchen Trockenhefe,
½ bis ¼ l lauwarme Milch,
2 Eier,
100 g Zucker,
100 g Butter oder Margarine,
1 Prise Salz,

Zubereitung(mit der Küchenmaschine oder Hand-Rührgerät)

Für das Gelingen des Hefeteiges ist Wärme wichtig. Nur in Gegenwart von Wärme entfaltet die Hefe ihre volle Triebkraft. Sowohl die Küche als auch alle Schüsseln und Geräte sollen gut zimmerwarm sein. Zugluft in der Küche ist für den Hefeteig schädlich! Die Flüssigkeit (Milch oder Wasser) sollte **handwarm** sein, also etwa 37°C haben.

Zuerst wird ein Vorteig (Dampfer) hergestellt:

Die Hefe mit etwas lauwarmen Milch in einer Tasse verrühren, etwas Zucker und Mehl zugeben und ca. 10 Min. gehen lassen. Manche vereinfachen diese Prozedur, drücken einfach eine Kuhle in das gesiebte Mehl, bröseln die Hefe in diese Kuhle, streuen Zucker darüber, geben etwas warme Milch dazu und vom Rand her etwas Mehl. Auch so entsteht ein Vorteig.

Ist der Vorteig schön aufgegangen, rührt man ihn unter das übrige, gesiebte Mehl. Die übrigen Zutaten dürfen erst jetzt mit der Hefe in Berührung kommen, **vor allem Salz und Fett**, denn sie würden die **Tätigkeit der Hefe hemmen**. Deshalb werden diese Zutaten erst nachdem die Hefe mit dem Mehl vermischt ist, untergeknetet.

Nun die Eier, das Salz und die weiche Butter bzw. Margarine dazugeben und verrühren. Die Zutaten zunächst mit einem Handrührgerät mit Knethaken kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe etwa 5 Minuten verkneten. Der Teig muss glatt sein und sollte sich von der Wand der Rührschüssel lösen. Das lange Kneten des Hefeteiges bewirkt eine besonders gute Verbindung aller Zutaten untereinander und schlägt Luft in den Teig. Die Hefe kann dadurch Zucker und Mehl (Stärke) als Kohlenhydrate in Kohlendioxid und Alkohol umwandeln und bewirkt so eine Lockerung des Teiges. Mit Mehl bestäubt, abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen (evtl. im Backofen bei 40 Grad) bis sich der Umfang etwa verdoppelt hat.

Backzeit:

30 bis 60 Minuten je nach Kuchen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze.

Hinweis:

Beim salzigen Hefeteig kommt kein Zucker in den Vorteig, wichtig ist aber dass Mehl zum lauwarmen Wasser und der Hefe gegeben wird, denn zum Gären braucht die Hefe „Nahrung“.

Ob die „frische Hefe“ noch frisch ist, erkennen sie an der seidig schimmernden Oberfläche, am frischsauerlichen Duft und daran, dass sie sich mit glatten Bruchstellen auseinander bröckeln lässt. Ältere Hefe bekommt braune Ecken, dort ist die Hefe dann „tot“. Die frischen Teile kann man aber immer noch verwenden.