

Vollwert-Plunderschnecken

ca. 35 Stück



gelingt leicht

bis zu 40 Min.



Zutaten:

Vollwert-Germteig:

500 g Weizenvollkornmehl
1 Pck. Dr. Oetker Germ
300 ml lauwarme Milch
50 g Diabetiker Honigersatz
80 g weiche Butter
1 Prise Salz
1 Ei (Größe M)
2 Dotter (Größe M)
1 Pck. Dr. Oetker Finesse Geriebene Zitronenschale

Zum Einschlagen:

250 g Butter
70 g Weizenvollkornmehl

Füllung:

400 g geriebene Mandeln
5 EL Frucht-Zucker

Zum Bestreuen:

gehackte Mandeln

1 Vollwert-Germteig:

Für den Teig das Mehl in eine Rührschüssel geben und mit der Germ gut vermischen. Die übrigen Zutaten der Reihe nach dazugeben und mit dem Handmixer (Knethaken) zu einem Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er doppelt so hoch ist.

2 Den Teig auf einer mit Weizenvollkornmehl bemehlten Arbeitsfläche rechteckig, ca. 2 cm dick, ausrollen.

3 Zum Einschlagen:

Die Butter mit Vollkornmehl gut verkneten und in Flocken gleichmäßig auf dem Teig verteilen.

4 Den Teig 1-mal zusammenlegen und ca. 2 cm dick rechteckig ausrollen. Diesen Vorgang noch 2-mal wiederholen. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt ca. 3 Std. kalt stellen.

5 Füllung:

Den Teig auf einer mit Weizenvollkornmehl bemehlten Arbeitsfläche rechteckig, ca. 3 mm dick, ausrollen. Mandeln mit Fruchtzucker vermischen und gleichmäßig aufstreuen. Den Teig einrollen und ca. 1 Std. tiefkühlen.



6 Zum Bestreuen:

Die Teigrolle in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Die Mandeln darauf streuen und etwas andrücken. Die Schnecken an einem warmen Ort ca. 20 Min. gehen lassen.

Das Blech in die Mitte des vorgeheizten Rohres schieben.

Ober-/Unterhitze 180 °C

Heißluft 160 °C

Backzeit: ca. 18 Minuten

Tipps von Dr. Oetker Konditormeister

- Der Teig lässt sich auch gut auf Vorrat zubereiten und einfrieren. Formen Sie daraus auch Kipferln oder Marmelade-Zipfe.

