

Informationen zur Sendung vom 09.05.2025

Hefeherzen zum Muttertag

Von Ulla Scholz

Zutaten für 12 Stück

Hefeteig

500 g Mehl (Type 405 oder 550)
250 ml kalte Milch
2 Eier (kalt)
20 g Hefe
50 g Zucker
½ TL Salz
70 g Butter (kalt)
½ Bio-Zitrone
Etwas Mehl zum Ausrollen

Füllung

300 g Rhabarber
1 Päckchen Vanillezucker
½ Bio-Zitrone
6 – 8 EL Erdbeerkonfitüre

Außerdem

100 g Puderzucker

Zubereitung

Milch, Eier, Hefe, Zucker, abgeriebene Zitronenschale und Mehl in die Küchenmaschine geben und langsam verrühren. Etwas später das Salz und die Butterstückchen nach und nach zugeben.

Die kalte Teigführung bekommt dem Gebäck besser, da die Masse sich durch das lange Kneten zu stark erwärmen würde und später zu schnell aufgeht. Nach drei bis vier Minuten das Rührwerk etwas schneller einstellen und circa 15 Minuten weiterkneten. Eine Probe entnehmen, auseinanderziehen und prüfen, ob der Teig elastisch ist. Man nennt diesen Vorgang auch Fensterprobe. Ist der Teig noch zu feucht, weitere fünf Minuten Knetzeit dranhängen. Den Teig in eine große rechteckige Dose füllen. Das Gefäß vorher ein wenig einölen und mit einem Deckel verschließen. Für circa drei Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen und zwischendurch zweimal falten.

Währenddessen den Rhabarber schälen, in Würfelchen teilen und mit Vanillezucker und etwas Zitronenschale würzen. Abdecken und ziehen lassen.

Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und in der Größe eines Backpapierbogens halbzentimeterdick ausrollen. Das Mehl sollte nicht in den Teig geknetet werden, sondern dient dazu, die Rolle und die Arbeitsfläche so zu präparieren, dass nichts klebt.

Die Erdbeermarmelade auftragen und gleichmäßig mit Rhabarberstückchen bestreuen. Den Teig von den beiden kürzeren Seiten her von jeder Seite aus bis zur Mitte aufrollen. Die beiden zusammenhängenden Rollen in circa zwei Zentimeter dicke Portionen teilen und auf ein Backblech legen. Die einzelnen Stücke unten so zusammendrücken, dass die typische Herzform entsteht.

Noch einmal für eine Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen. Den Ofen auf 180 Grad Umluft einstellen und die Herzen für circa 20 Minuten backen.

Puderzucker mit etwas Zitronensaft zu einem Guss verrühren und die Herzen damit dünn bestreichen.

Informationen zur Sendung vom 09.05.2025

Hefeherzen zum Muttertag

Von Ulla Scholz

Anrichten

Die Herzen auf einer Platte anrichten und mit essbaren Blüten verzieren.

Ullas Küchentipps

Der Einkauf

Bio-Mehl zu 0,60 Euro; Milch zu 0,30 Euro; Hefe zu 0,25 Euro; 2 Bio-Eier zu 0,60 Euro; Butter zu 1,50 Euro; Salz und Zucker pauschal zu 0,30 Euro; 1 Bio-Zitrone zu 0,30 Euro; 1 Päckchen Vanillezucker zu 1,19 Euro; 100 g Puderzucker zu 0,20 Euro; 300 g Rhabarber zu 1,50 Euro; Erdbeerkonfitüre zu 1,50 Euro.

Pro Portion circa 0,68 Euro.

Alternative Füllungen

Statt Erdbeerkonfitüre und Rhabarber kann auch mit einer Zimtschneckenfüllung bestrichen werden. Dafür Haselnuss- oder Mandelmus mit Zimt und braunem Zucker verrühren und auf den Teig streichen. Hefeherzen lassen sich auch gut einfrieren. Später dann das gefrorene Gebäck in den Airfryer oder in den Ofen geben und kurz aufbacken.

Mit Blüten verzieren

Wer mit Blüten dekoriert, sollte darauf achten, dass die Pflanzen essbar und unbehandelt sind. Gänseblümchen, Stiefmütterchen, Holunder oder Kräuterblüten von Schnittlauch, Borretsch, Thymian und Rosmarin sind prima. Auch Rosenblätter sehen wunderschön aus, wenn sie aus dem Garten kommen und nicht gespritzt wurden.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!