

Kulinarische Traditionen zur Faschingszeit: Nonnenfürzle (mit Hefeteig)



Nährische Rezepte...

Nonnenfürzle sind ein typisch schwäbisches Narrengericht. Traditionell werden Nonnenfürzle zur Faschingszeit aus Brandteig hergestellt. Saftiger werden die Nonnenfürzle, wenn dazu Hefeteig verwendet wird. Die Nonnenfürzle sind angeblich schon seit Jahrhunderten bekannt. Manche Quellen behaupten, sogar Martin Luther soll das „Kräpfel-Werck Nonnen-Fürtzel“ geschätzt haben.

Wie auch immer, frisch ausgebackene Nonnenfürzle schmecken nährisch guat. Hier unsere Variante mit Hefeteig für **"Nonnenfürzle"**:

Zutaten

Für 4 Personen:

- 500 g (Dinkel-) Mehl
- 250 ml lauwarme Milch

- 4 Eier
- 20 g Hefe
- 50 g Butter, flüssig
- 50 g Zucker
- Mark einer Vanilleschote
- ½ TL Backpulver
- Saft und Schale einer Bio Zitrone
- Prise Salz

Extra:

- 4 EL Weinbeeren in 5 EL Apfel- oder Birnengeist eingelegt
- 1 kg Butterschmalz zum Ausbacken, Zimtzucker zum Wälzen

Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde in die Mitte drücken. Darin die Hefe mit 1 TL Zucker und 50 ml Milch verrühren und diesen Vorteig 15 Minuten gehen lassen.

Danach das restliche Mehl mit dem restlichen Zucker, dem Backpulver, der flüssigen Butter, den Eiern, dem Vanillemark, einer Prise Salz, dem Saft- und Zitronenabrieb zum Vorteig geben und miteinander verkneten. Den Hefeteig zugedeckt erneut ca. 15 Min. gehen lassen.

Wer möchte, gibt vor dem Ausbacken noch eingelegte Weinbeeren in den Teig.

Das Butterschmalz in einem Topf bei mittlerer Temperatur erhitzen. **Tipp:** Das Fett ist heiß, wenn sich an einem Holzstäbchen kleine Bläschen bilden.

Von dem Hefeteig mit einem Esslöffel kleine Nocken abstechen und im Butterschmalz goldgelb frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Vor dem Servieren in Zimtzucker wälzen.

