



Tipps  
& Hinweise  
siehe  
Rückseite

## SAUERTEIG-BLAUBEER-MUFFINS

Sauerteigzubereitung mit BÖCKER Reinzucht-Sauerteig Bio

### Für den Teig:

70 g BÖCKER Reinzucht-Sauerteig Bio

100 ml warmes Wasser

250 g Blaubeeren

150 g Weizen-Mehl Type 405

65 g Dinkel-Mehl Type 630

½ TL Salz

½ TL Natron

1 TL Backpulver

100 g Butter, geschmolzen

150 g Kokosblütenzucker (oder Rohrzucker)

2 Eier

1 TL Vanilleextrakt

50 g Sauerrahm

brauner Zucker zum Garnieren

### Außerdem:

Muffinblech oder Backformen  
für 12 Muffins



leicht



Gesamtzeit: ca. 2 – 3 Std.

+

Backzeit: ca. 35 Min.

### ZUBEREITUNG

- Den BÖCKER Reinzucht-Sauerteig zerbröseln, mit 100 ml warmem Wasser verrühren und bis zur Verwendung zur Seite stellen. Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.
- 50 g Blaubeeren in einer kleinen Schüssel mit einer Gabel zerdrücken, restliche Blaubeeren in einer Schüssel mit 1 TL Weizen-Mehl vermengen. Weizen-Mehl, Dinkel-Mehl, Salz, Natron und Backpulver miteinander vermischen.
- In einer großen Rührschüssel die geschmolzene Butter mit dem Kokosblütenzucker schaumig schlagen.
- Eier nach und nach hinzugeben und die Vanille unterrühren. Sauerrahm mit dem Sauerteigansatz aus dem ersten Schritt vermengen und glatt rühren, dann zur Buttermischung geben. Mehlansatz hinzugeben und zu einem glatten Teig verrühren. Zum Schluss die frischen Blaubeeren mit den zerdrückten Blaubeeren vorsichtig unterheben.
- Muffinform mit Papierförmchen auslegen und gleichmäßig mit dem Teig befüllen.
- Teig mit etwas braunem Zucker bestreuen und im Ofen 10 Minuten backen, Hitze auf 175 °C herunterdrehen und die Muffins nochmals 25 Minuten goldbraun backen.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!



**BÖCKER**  
SOURDOUGH

Mehr Informationen unter:  
[www.sauerteig.de](http://www.sauerteig.de) | [www.sauerteig.shop](http://www.sauerteig.shop)



# TIPPS & HINWEISE

für süße Rezepte

- **BÖCKER Reinzucht-Sauerteig Bio und BÖCKER Le Chef Bio sind einfach und schnell in der Verwendung und vor allem gelingsicher!**

Einzigartig ist, dass die Starterprodukte entweder DIREKT in den Brotteig gegeben oder zum Ansetzen des eigenen Sauerteigs verwendet werden können. Für leckeres Brot von bester Qualität, denn unsere Produkte enthalten die richtige Menge der notwendigen Milchsäurebakterien. Die Starterprodukte können auf einfache und zuverlässige Weise bei vielen Backwaren die Backhefe ersetzen, denn der Sauerteig sorgt für ausreichend Lockerung im Brotteig. Backen Sie dafür nach unseren speziellen BACKEN OHNE HEFE – Rezepten.

- **Mehl und Co. sieben**

Zutaten wie Mehl, Backpulver und Speisestärke in den Teig sieben. So verteilt sich das Backpulver gleichmäßig und ergibt ein schöneres Backergebnis.

- **Sauerteig in süßem Gebäck?**

Ja, das geht! Der Sauerteig sorgt auch bei süßem Gebäck für eine feine Aromatik, eine perfekte Konsistenz und hält die Backwaren länger frisch.

- **Zutaten in Zimmertemperatur**

Wenn nicht anders im Rezept angegeben, sollten alle Zutaten Zimmertemperatur haben.

- **Backform vorbereiten**

Die Backformen sollten immer gut mit Butter oder Margarine eingefettet werden. Die Backform mit Mehl oder Gries bestäuben. Bei Schokoladenkuchen eignet sich auch Kakao.

Alternativ kann der Boden der Backform mit Backpapier auslegen werden.

- **Der richtige Platz im Ofen**

Wenn nicht anders im Rezept angegeben, das Blech in die mittlere Schiene schieben. So kann die Luft am besten zirkulieren. Wird der Kuchen oben zu dunkel, kann man ihn mit Alufolie abdecken.

- **Ofentür beim Backen geschlossen lassen**

So verführerisch es ist, während des Backens schon mal in den Backofen zu schauen, sollte die Ofentür immer geschlossen bleiben. Durch den aufgrund des Öffnens entstehenden Temperaturabfall könnte der Kuchen zusammenfallen. Erst kurz vor Backende öffnen, um die Stäbchenprobe durchzuführen.

- **Stäbchenprobe**

Dafür ein Holzstäbchen in die dickste Stelle des Kuchens stechen und herausziehen: Sind Teigreste am Stäbchen, den Kuchen noch ein paar Minuten weiterbacken. Ist das Stäbchen sauber, ist der Kuchen fertig und kann aus dem Backofen genommen werden.

- **Auskühlen lassen**

Kuchen, Kekse und Co. sollte man vor dem Weiterverarbeiten, Anschneiden oder Verpacken immer gut auskühlen lassen.

- **Kuchen aufschneiden leicht gemacht**

Egal ob Kuchen oder Torten, am besten lassen sich diese mit einem nassen Messer schneiden. So bleibt möglichst wenig von dem Kuchen am Messer kleben.