

Genießen

Christina Speißer-Eberhardinger

Donnerstag, 25.06.2020

Italienisches Kringelgebäck „Taralli Pugliesi“

Für ca. 500 Stück

Zutaten:

- 550 g Mehl (Type 405)
- 120 ml Olivenöl
- 200 ml Weißwein, trocken
- 10 g Salz
- 2 TL Fenchelsamen (alternativ 4 TL Oregano, getrocknet)

Zubereitung:

1. Für das italienische Kringelgebäck Mehl und Olivenöl in eine Schüssel geben und mit den Knethaken des Handrührgeräts oder der Küchenmaschine kurz vermischen.
2. Weißwein und Salz dazugeben und ca. 10 Minuten kneten bis ein glatter Teig entsteht.
3. Währenddessen einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Ein Geschirrhandtuch am besten auf einem großen Teller oder einem Kuchengitter auslegen.
4. Fenchelsamen oder getrockneter Oregano zum Teig geben und noch einmal gut durchkneten.
5. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche aus dem Teig mehrere Rollen formen mit einem Durchmesser von 2 cm. (Das entspricht ca. einer 1-Euro-Münze.)
6. Jeweils 1 bis 1,5 cm breite Stücke von der Rolle abschneiden und zu Kringeln oder Schleifen formen, die Enden leicht andrücken.
Unser Tipp: um einen Kringel oder eine Schleife zu formen, kann man das abgeschnittene Teigstück zu einer dünnen Rolle formen, um den Daumen wickeln und die Enden leicht andrücken.



7. Jeweils acht Teigkringel in das kochende Wasser geben und so lange kochen bis sie an der Wasseroberfläche schwimmen. Die gekochten Teigkringel mit einer Schaumkelle aus dem kochenden Wasser nehmen und auf das vorbereitete Geschirrhandtuch zum Abtropfen legen.
8. Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
9. Die abgekochten Teigkringel auf das vorbereitete Backblech geben und im vorgeheizten Backofen ca. 40 Minuten backen.

Unser Tipp: die klassischen „Taralli Pugliesi“ sind mit gemahlenden Fenchelsamen. Alternativ kann man auch getrockneten Oregano verwenden, das schmeckt garantiert jedem.

Nährwerte: Pro Stück: Kcal: 62, KJ: 262, E: 1 g, F: 3 g, KH: 8 g;