

Ich habe euch mal ein paar Tipps zum glutenfreien Backen mit dem Thermomix zusammengestellt und werde diese nach und nach meinen Erfahrungen hier erweitern. Anfangen möchte ich mit dem Hefeteig.

## Hefeteig und Thermomix:

- Hefe, Wasser (Milch), Salz (Zucker), Öl (Butter) in den Thermomix geben
- 2 Minuten (bei gefrorener Hefe bitte 3 Minuten einstellen) /37°/Stufe 1 einstellen
- Mehl und ggf. Gewürze hinzufügen
- Bei 500g Mehl im Rezept den Teig ca. 2,5 – 3 Min/Teigknetstufe kneten lassen. Bei der Hälfte des Mehles entsprechend die Hälfte der Zeit kneten lassen. Dies ist völlig ausreichend, da der TM viel Power in den Teig bringt. Den TM hierbei im Blick behalten, er hüpfert gerne ein bisschen um, wenn er schwere Teige bearbeitet.
- Für die Teigruhe gibt es hier 2 Varianten:
  1. Man lässt den Teig gleich im Kessel vom TM gehen und deckt ihn mit einem feuchten Geschirrtuch ab. Das Gehenlassen im TM ist hier kein Problem, da der Kessel genau die richtige Temperatur hat, durch das vorherige Auflösen der Hefe bei 37°.
  2. Man füllt den Teig in eine leicht geölte Plastikschüssel um und deckt ihn mit einem feuchten Tuch ab, wenn es einen Deckel zur Schüssel gibt, lege ich ihn lose auf das Tuch. Diese Methode hat den Vorteil, dass man den Teig in einem Rutsch aus der Schüssel bekommt, ohne das gewonnene Volumen einzubüßen (ich bevorzuge diese Methode).
- Den Teig auf die hauchdünn bemehlten Arbeitsfläche schubsen und dann wie im Rezept angegeben weiter verfahren.  
Beim Pizzateig von Oliver noch folgender Tipp: der Teig ist ziemlich weich, hier empfiehlt es sich, den Teig hauchdünn zu bemehlen und direkt auf dem Back- oder Pizzablech auszurollen. Hierfür gibt es im Handel einige kleine Teigroller.

👍👌🔪🍷 GUTES GELINGEN 👍👌🔪🍷

## Das Toastbrot und der Thermomix

- Alle Zutaten, bis auf das Mehl und die Hefe in den Thermomix geben und die Zutaten 2 Min/37°/Stufe1 erwärmen
- Dann das Mehl einwiegen und die Hefe auf das Mehl geben
- Den Teig 1,5 Minuten auf der Teigknetstufe kneten lassen
- Anschließend wie im Rezept beschrieben weiter verfahren
- Teig so lange in der Form mit geschlossenem Deckel gehen lassen, bis die Form  $\frac{3}{4}$  gefüllt ist (ich schreibe hier bewusst keine Zeit rein, da im Rezept 40 Minuten steht, es bei mir aber schon nach 25 Minuten so weit war)
- Das Toastbrot nun wie im Rezept beschrieben backen

👍👌🔪🍷 viel Erfolg🍷🔪👌👍

## Der Nudelteig und der Thermomix

- Die Zutaten in den Thermomix geben
- Auf Sichtkontakt auf Stufe drei rühren lassen, ABER: nur so lange, bis der Teig krümelig ist! Das sind nur wenige Sekunden.
- Dann den Teig aus dem TM nehmen und von Hand kurz durchkneten.
- Anschließend entsprechend weiterverarbeiten



## Die Quarkbällchen und der Thermomix (Version Mix it Universal)

- Die Zutaten in dem Thermomix geben
- Ca. 35-40 Sekunden / Stufe 3,5 rühren lassen
- Teig in einen Spritzbeutel ohne Tüllaufsatz geben und über dem heißen Fett mit einer sauberen Küchenschere 3-4cm Länge Stücke runter schneiden. Durch das Ausbacken im Fett werden sie schön rund.
- von beiden Seiten goldbraun ausbacken und noch heiß in Zimtzucker wälzen



## Der Mürbteig und der Thermomix

- Alle Zutaten in den Thermomix geben und bei Sichtkontakt nur so lange auf Stufe 3 kneten, bis der Teig gerade noch leicht krümelig ist
- Dann den Teig aus dem Thermomix nehmen und auf der leicht bemehlten Arbeitsplatte zu einem glatten Teig verkneten.  
Bitte nur so lange wie nötig kneten, sonst wird der Teig brandig und funktioniert nicht mehr
- Nun den Mürbteig wie gewünscht weiterverarbeiten



Viel Spaß

## Der Rührteig und der Thermomix

- Butter, Zucker, Salz, Vanillezucker, Aromen in den Thermomix geben und bei 2Min/Stufe3 rühren lassen, bis eine weiche, helle Masse entsteht
- Eier und Mehl auf Stufe 3 abwechselnd einlaufen lassen, die Zeit mitlaufen lassen.
- Nach 1 Minute den Thermomix anhalten und den Rand zusammen kratzen
- weitere 30Sec/Stufe3 rühren lassen, dann in die Form geben und nach Rezept backen

Beim Rührteig bitte trotz der Tipps immer ein bisschen nach den Angaben im Rezept orientieren, weil jedes Rezept ein wenig anders ist.

Wichtig ist hierbei aber, dass man den Teig nicht zu lange rühren lässt, da sonst der Kuchen nicht schön aufgeht.



Lasst es euch schmecken