



Gebackene Donuts

Rezept von Cynthia Barcomi

Zutaten (für circa 10–12 Donuts)

Vorteig

150 g Kartoffeln, geschält
100 ml Kartoffelwasser
75 ml Pflanzenöl
150 ml ungesüßte Hafermilch
1 TL Rohrzucker
1 Päckchen Trockenhefe (7 g)

Teig

400 g Mehl
150 g Kichererbsenmehl
40 g Rohrzucker
1 TL Salz

Glasuren

Maple-Glasur

125 g Puderzucker
1 Prise Salz
80 g Ahornsirup

Weißer Glasur

125 g Puderzucker
3 – 4 EL Zitronensaft

Schokoglasur

125 g Puderzucker
30 g ungesüßtes Kakaopulver
3 – 4 EL Wasser
1 TL Vanilleextrakt

Brombeer-, Himbeer- oder Heidelbeerglasur

125 g Puderzucker
5 EL Beerensaft

Zubereitung

Für den Vorteig die Kartoffeln kochen, abgießen und vom Kochwasser 100 Milliliter auffangen. Die warmen Kartoffeln mit dem Öl zerdrücken. Die Hafermilch mit dem noch warmen Kartoffelkochwasser, dem Rohrzucker, den zerquetschten Kartoffeln und der Hefe vermengen. Zehn Minuten stehen lassen.



Für den Teig: in einer großen Schüssel beide Mehlsorten mit Rohrzucker und Salz vermengen. Den Vorteig dazugeben und alles mit der Küchenmaschine oder dem Handrührgerät mit Knethaken vier Minuten kneten. Der Teig ist weich – das ist richtig.

Den Teig zurück in die Schüssel geben und zudecken. Zum Gehen am besten über Nacht in den Kühlschrank stellen (mindestens aber vier Stunden). Ein kalter Teig ist wesentlich einfacher zu bearbeiten als ein warmer Teig.

Den fertig aufgegangenen Teig halbieren. Eine Hälfte zurück in den Kühlschrank legen. Dort hält er sich mehrere Tage frisch.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Eine Hälfte des Teigs in fünf Portionen aufteilen. Jedes Stück Teig zu einer Kugel rollen und auf das Backblech legen. Zehn Minuten ruhen lassen.

Jeden Donut mit etwas Mehl bestäuben und flach drücken, bis er 2cm dick ist. Achten Sie darauf, dass die Donuts eine schöne Form behalten. In der Mitte das Loch aus- stechen (Durchmesser vier bis fünf Zentimeter) und „das Loch“ ebenfalls auf das Blech legen. Die Donuts jetzt 45 bis 60 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen. Die Donuts 11 bis 12 Minuten backen, bis sie schön golden sind.

Die Donuts auf ein Gitter zum Abkühlen legen. Nach dem Abkühlen in die Glasur Ihrer Wahl tauchen und trocknen lassen.