



## **Pluffin – Plundergebäck und Muffin**

Pluffins sind eine Kreuzung aus Plundergebäck und Muffin – der Plunderteig wird dabei in einer Muffinform gebacken. Baking-Queen Cynthia Barcomi erklärt, wie diese köstliche Neukreation gemacht wird.

### **Zutaten für den Pluffin-Teig, 12 Stück**

425 g Mehl (350 g Mehl 405 + 75 g Vollkornmehl)  
7 g Trockenhefe  
3/4 TL Zucker  
3/4 TL Salz  
100 ml warmes Wasser  
200 ml Milch  
1 Ei  
180 g kalte Butter

### **Zubereitung**

1. In einer großen Schüssel Mehl, Hefe, Zucker und Salz vermengen. In einer zweiten Schüssel Wasser, Milch und Ei verschlagen. Die Wasser-Milch-Mischung zur Mehl-Hefe-Mischung geben. Mit einer Küchenmaschine oder einem Handmixer mit Knethaken vier Minuten lang kneten. Haben Sie dabei etwas Geduld, da der Teig ein wenig weich ist. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche einige Minuten von Hand kneten und danach etwa 15 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Legen Sie die Butter zwischen zwei Blatt Backpapier und bestäuben Sie sie leicht mit Mehl. Mit einem Nudelholz auf die Butter klopfen und sie zu einem flachen Quadrat von 20 mal 20 Zentimetern ausrollen und in den Kühlschrank legen.
3. Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem Quadrat von etwa 40 Zentimeter Seitenlänge ausrollen. Die zuvor zu einem Quadrat geklopfte Butter in die Mitte legen und die Ecken des Teiges zur Mitte hin wie ein Päckchen darüber einklappen. Achten Sie darauf, dass die Arbeitsfläche immer leicht bemehlt bleibt und drücken Sie die Enden zum Versiegeln gut zusammen.
4. Nun geht es ans Tourieren: Mit dem Nudelholz den Teig wieder zu einem Rechteck von etwa 45 Zentimeter Länge ausrollen. Eines der Teigenden zur Mitte hin einklappen, dann das andere Ende wie einen Briefbogen genau darüberlegen, sodass Sie nun drei Lagen Teig haben, die übereinanderliegen. Den Teig 25 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
5. Ein weiteres Mal den Teig zu einem Rechteck ausrollen und den Faltprozess aus Schritt vier wiederholen, den Teig zwischendurch immer wieder im Kühlschrank ruhen lassen. Notieren Sie sich, wie oft Sie den Teig ausgerollt haben – insgesamt sollten es vier Mal sein. Im Kühlschrank hält der Teig bis zu 24 Stunden.

**Tourieren:**

Als Tourieren oder auch Einziehen bezeichnet man das schichtweise Einarbeiten von Ziehfett wie Butter oder Margarine in einen Grundteig und ist der kleine aber feine Unterschied, der einen Hefeteig zu einem Plunderteig macht.

**Zutaten für die Pesto-Füllung:**

Ein 1/2 Kopf Brokkoli oder 250 g frische Spinat, gewaschen und grob gehackt  
1 getrocknete Chilischote  
2 EL frische Zitronenthymian-Blätter  
1 Bund Petersilie  
Ein Paar EL frische Basilikum  
1/4 TL Salz  
30g Nüsse, z.B. Kürbiskerne oder Walnüssen  
ca. 4 EL Olivenöl  
50 bis 75 g Parmesankäse, gerieben oder eine Mischung aus Parmesan und Fetakäse

**Zubereitung:**

1. Um das Pesto für die Pluffin-Füllung zu machen, alle Zutaten mit Küchenmaschine, Blender oder Stabmixer gründlich zu einem Pesto verarbeiten.
2. Backofen auf 190°C Unterhitze oder Umluft vorheizen und eine 12er Muffinform leicht einbuttern.
3. Auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche den Teig zu einem 25 x 45 Zentimeter langen Rechteck ausrollen und die Pesto-Füllung auf dem Teig verteilen, alles aufrollen und in 12 gleichmäßig große Stücke für die Muffinform schneiden.
4. Die Pluffins etwa eine halbe Stunde in ihrer Form ruhen lassen. Schließlich 20 bis 22 Minuten lang im Ofen backen, bis die Pluffins golden sind.
5. 10 Minuten in der Backform abkühlen lassen und schließlich warm oder auf Raumtemperatur abgekühlt genießen. Guten Appetit!