

Rezept für Martinsgänse aus Hefeteig

600 g Dinkelmehr (oder 550 gr. Weizenmehl)
20 g frische Hefe (wer es fluffiger mag, 40 gr. Hefe)
1/8 L Milch (oder Hafermilch)
200 g Zucker
100 g Butter oder Margarine
1 Ei (oder mit 1 Esslöffel Apfelbrei ersetzen)
Prise Salz (kräftige Prise)
3 EL Milch zum Bestreichen der Gänse
einige Rosinen als Augen



Hefe, warme Milch, Prise Salz und Zucker verrühren.
Dann Ei, Butter und Milch dazu geben. Teig sollte nicht kleben, sonst noch etwas Mehl dazugeben.

Teig 30 min gehen lassen

Dann Kugeln (für Körper) formen und daraus die Bäuche formen.
Würstchen (für den Hals und Kopf) aus dem Teig bilden
und auf gefettetes Blech oder Backunterlage legen.



Kugeln für die Bäuche



Streifen für die Würstchen



fertiger Bauch und Hals+Kopf



Rosinen als Augen auf den Kopf drücken
und Gans mit etwas Milch bestreichen.
Teig wieder 30 min gehen lassen.

Backofen auf 200 Grad Ober/Unterhitze
vorheizen
Gänse ca. 20 min backen und danach
auskühlen lassen.





Wer mag kann Butter/Margarine und Marmelade dazu essen.
Eventuell etwas Puderzucker auf die Bäuche streuen.

Idee zum Erzählen während des Essens:
Beim Essen der Gänse können die Kinder die Geschichte den Erwachsenen erzählen.



Viel Spaß beim Zubereiten und Essen der Hefegänse 😊

Ute Schüssler
Referat Religionspädagogik im Elementarbereich,
Bistum Limburg

