

Kochen mit Martina und Moritz vom 24.09.2022

Redaktion: Klaus Brock

Pies und Muffins – Süß oder salzig, immer frisch gebacken

Grundrezept für süße Muffins	2
Muffins mit Aprikosen und Cranberries	3
Mandel-Muffins mit Zitronenduft	4
Kokos-Muffins mit Orangenduft	5
Ganz besondere Schoko-Muffins	6
Käse-Muffins mit Speck	7
Spinat-Muffins mit Mozzarella	9
Kalbfleisch-Pie	10
Birnen-Pie	12

URL: <https://www1.wdr.de/fernsehen/kochen-mit-martina-und-moritz/sendungen/pies-muffins-100.html>

Pies und Muffins – Süß oder salzig, immer frisch gebacken

Von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Muffins, das sind jene praktischen kleinen Küchlein, die man bequem aus der Hand verspielen kann - süß oder salzig, ganz nach Geschmack oder Anlass. Sie eignen sich prima zum Picknick oder als kleine Zwischenmahlzeit am Arbeitsplatz und sind buchstäblich im Handumdrehen gemacht. Man braucht keine Küchenmaschine, zwei Schüsseln und ein Rührloßlöffel genügen. Die WDR-Fernsehköche Martina und Moritz haben das perfekte Grundrezept dafür ausgetüftelt, das sich kinderleicht variieren lässt.

Und Pies – die uns eher vertrauten Schüspasteten – haben oben knusprigen Teig und darunter etwas Süßes oder Herhaftes – in jedem Fall sind sie gut vorzubereiten. Die richtigen Tipps dafür, wie man sich organisiert und auch für die passenden Getränke, verraten Martina und Moritz natürlich auch.



Grundrezept für süße Muffins

Für das Grundrezept mischt man die trockenen Zutaten mit den feuchten Zutaten. Das Rezept kann mit weiteren Zutaten beliebig variiert werden.

Man stellt am besten tatsächlich zwei Schüsseln auf. Eine für die trockenen Zutaten: Mehl, Stärke, Backpulver und Zucker. Und die zweite für die feuchten Zutaten: Butter, Milch, Ei.

Zuerst werden in beiden Schüsseln die Zutaten miteinander verrührt, wobei natürlich die feuchten Zutaten ein wenig mehr Zeit bedürfen: Ei und Butter sollten zu einer Creme werden. Dafür muss die Butter wirklich weich sein, damit der Schneebesen sie schnell cremig rühren kann und sie auch gut mit dem Ei bindet. Das lässt sich übrigens schnell erreichen, wenn man die Schüssel mit der Butter in den vorgeheizten Ofen stellt, bis die Butter zu schmelzen beginnt. Erst dann schaumig schlagen und nach und nach die Eier und restlichen feuchten Zutaten zufügen. Anschließend wird der Inhalt beider Schüsseln miteinander vermischt und in die mit Papiermanschetten ausgelegten Muffinbleche gefüllt.

Wichtig: Die Förmchen nur zu zwei Dritteln füllen, beim Backen steigt der Teig, und es bildet sich die typische Haube.



Muffins mit Aprikosen und Cranberries

Auch jede andere Art von Trockenfrüchten ist hierfür geeignet. Sie sollten eingeweicht, dann aber abgetropft sein. Das Mehl kann man mischen und dadurch vielfältig abwandeln.

Zutaten für 12 Muffins:

Trockene Zutaten:

- 250 g Mehl (alternativ: eine Mischung mit gemahlten Nüssen, Kokosmehl, Kokosflocken)
- 100 g Zucker
- 2 gehäufte TL Backpulver
- 1 EL Gewürze (Vanille, gehackte Rosmarinnadeln, Chili)
- 50 g gehackte Mandeln (Mandelstifte)
- 50 g Cranberries (alternativ: eingeweichte Rosinen)
- getrocknete Aprikosen
- Schokolade



Feuchte Zutaten:

- 100 g weiche Butter
- 2 Eier
- 200 ml Milch (alternativ: Sahne, saure Sahne, Buttermilch, Obstsaft)

Zubereitung:

- Die trockenen Zutaten miteinander vermischen. In einer zweiten Schüssel die feuchten Zutaten mischen: Weiche Butter mit dem Schneebesen dick und cremig schlagen, dann nach und nach die Eier sowie die Milch (oder andere Flüssigkeiten) einarbeiten.
- Am Ende die trockenen Zutaten unterrühren, die Mischung in eine Kanne füllen und sofort in die Förmchen verteilen. Bei 180 Grad Celsius (Ober- und Unterhitze) circa 20 bis 25 Minuten backen. Das geht ruckzuck. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

Mandel-Muffins mit Zitronenduft

Eine sommerlich frische Muffin-Variation.

Zutaten für 12 Muffins:

Trockene Zutaten:

- 100 g Mehl
- 100 g geriebene Mandeln
- 50 g gehackte Mandeln
- 100 g Zucker
- 2 TL Backpulver
- 1 TL gemahlene Vanille



Feuchte Zutaten:

- 2 Eier
- 100 g weiche Butter
- 200 ml Milch
- 1 Zitrone (Schale und Saft)

Zubereitung:

- In einer Schüssel die trockenen Zutaten miteinander vermischen. In der zweiten Schüssel die Eier mit der weichen Butter mithilfe eines Handrührers zu einer hellen Creme schlagen, langsam die Milch einrühren sowie die Zitronenschale und -saft. Dann mit einem Kochlöffel die trockenen Zutaten untermischen.
- Diese Mischung in eine Kanne füllen und damit unverzüglich in die Silikon- oder mit Papiermanschetten ausgelegten Muffinbleche verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Celsius (Ober- und Unterhitze) circa 20 bis 25 Minuten backen.

Tipp: Silikonformen unbedingt schon vor dem Einfüllen auf ein Backblech oder ein Rost stellen. Sie lassen sich später nicht mehr unbeschadet transportieren. In jedem Fall die Küchlein noch heiß aus den Förmchen lösen!

Getränk: Kaffee, am liebsten mit einer dicken Sahnehaube. Eine Riesling Auslese, vielleicht aus der Pfalz, passt auch immer gut. Es darf sogar eine noch üppigere Beerenauslese sein.

Kokos-Muffins mit Orangenduft

Kokosmehl hat kein Gluten. Damit kann man Küchlein backen für alle, die das nicht vertragen.

Zutaten für 12 Muffins:

Trockene Zutaten:

- 75 g Kokosmehl
- 100 g geriebene Mandeln
- 75 g Kokosflocken
- 50 g Pistazien
- 100 g Zucker
- 2 gehäufte TL Backpulver



Feuchte Zutaten:

- 100 g weiche Butter (lässt sich zur Hälfte durch Kokosfett ersetzen)
- 2 Eier
- 200 ml Milch (ersatzweise Kokossahne)
- 1 Orange (Schale und Saft)

Zubereitung:

- Die trockenen Zutaten miteinander vermischen. In einer zweiten Schüssel die Butter dick und hell schlagen, die Eier, Milch (oder Kokossahne) sowie Orangenschale und -saft zufügen. Den Inhalt beider Schüsseln miteinander glattrühren. Der Teig wird unter Umständen nicht so flüssig, aber er sollte schön weich sein.
- Teig in die Muffinformchen füllen. Bei 180 Grad Celsius (Ober- und Unterhitze) rund 25 Minuten backen. Sie sind gar, wenn sie beim Draufdrücken Widerstand bieten. Puderzucker darüberstreuen und mit einem Schlag Sahne servieren.

Getränk: ein Gläschen Orangenlikör "on the rocks", also mit einem Eiswürfel

Ganz besondere Schoko-Muffins

Natürlich kann man einfach einen Rührteig in Muffinförmchen backen. Dann aber darf man nicht mit Ei sparen, damit die Küchlein auch wirklich schön locker werden. Das ist nämlich der eigentliche Unterschied: Ein Rührteig besteht aus vielen Eiern, die geduldig gerührt werden müssen, damit die eingearbeitete Luft den Teig aufgehen lässt. Backpulver oder Natron lassen den Teig auch ohne langes Rühren aufgehen. Im Gegenteil: Langes Rühren macht die Küchlein eher zäh. Die Schoko-Muffins werden am Ende in der Mitte einen schönen flüssigen Kern behalten, wenn man mit der Backzeit aufpasst und sie rechtzeitig aus dem Ofen holt.



Zutaten für 12 Muffins:

- 100 g Schokolade (70 Prozent)
- 100 g Butter
- 3 EL Birnenkonfitüre (alternativ: rote Johannisbeer-, Himbeer-, o. Kirschmarmelade)
- 4 Eier
- 100 g Zucker
- 50 g Mehl (Variation: geriebene Mandeln)
- Butter für die Förmchen

Zubereitung:

- Die Schokolade zerbröckeln und mit der Butter bei sehr milder Hitze langsam schmelzen. Die Konfitüre unterrühren. Die Eier in einer Rührschüssel mit dem Zucker so lange mit dem Handrührer schlagen, bis eine helle, dichte Masse entstanden ist. Erst dann das Mehl (oder die geriebenen Mandeln) untermischen. Mehl unbedingt vorher sieben, damit Luft hineingelangt und Klümpchen beseitigt werden. Die Schokoladenbutter unterrühren.
- Diese Masse für zwei, drei Stunden in den Kühlschrank stellen. Erst dann in eingefettete Soufflé- oder Muffinförmchen verteilen (nur zu zwei Dritteln füllen: Die Masse steigt hoch). Bei 200 Grad Celsius Heißluft circa zehn Minuten backen, bis die Oberfläche fest geworden ist. Noch warm auf Dessertteller setzen, mit Puderzucker bestäuben und mit einem Klecks Crème fraîche servieren.

Tipp: Man kann die Masse auch gleich in die Förmchen verteilen und dann einfrieren – vor dem Servieren die Förmchen direkt aus dem Gefrierer in den Ofen stellen, dann allerdings noch zehn Minuten länger backen, weil die Masse ja erst auftauen muss.

Getränk: ein Glas süße Auslese oder Port oder auch ein Banyuls aus Südfrankreich

Käse-Muffins mit Speck

Muffins müssen beileibe nicht immer süß sein – man kann auch herzhafte Muffins backen. Sie sind ein wunderbarer Imbiss, eine Zwischenmahlzeit oder ein Appetithappen zum Glas Wein. Nach diesem Prinzip kann man nun ganz nach Lust und Laune oder Vorräten ganz schnell ein paar Muffins backen – ein Rezept, tausend Möglichkeiten.



Zutaten für 12 Muffins:

Trockene Zutaten:

- 200 g Mehl
- 75 g geriebener Käse
- 50 g gewürfelter Käse
- 2 TL Backpulver
- $\frac{1}{2}$ TL Kümmel
- $\frac{1}{2}$ TL süßes Paprikapulver

Feuchte Zutaten:

- 100 g Speck
- 100 ml Öl
- 1 Lauchstange
- Salz
- Muskat
- Pfeffer
- Schnittlauch
- 2 Eier
- 200 ml Milch oder Sahne

Zubereitung:

- Die trockenen Zutaten miteinander vermischen. Für die feuchten Zutaten den Speck fein würfeln und in einem Esslöffel Öl in einer Pfanne auslassen. Den Lauch in feine Streifen schneiden, zum Speck geben und dünsten, bis er zusammenfällt. Dabei mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen. Jetzt schon mit den trockenen Zutaten vermischen.
- Eier mit Öl, Milch und fein geschnittenem Schnittlauch gesondert verquirlen und mit den nicht mehr ganz so trockenen Zutaten unterrühren.
- In die Förmchen verteilen und bei 180 Grad Celsius (Ober- und Unterhitze) rund 20 Minuten backen.

Tipp: Diese Mischung in ganz kleinen Muffinformchen backen und als Appetithäppchen servieren.

Getränk: Perfekt ist hierzu ein trockener Fino-Sherry.

Spinat-Muffins mit Mozzarella

Hier nehmen Martina und Moritz für den Teig Olivenöl statt Butter, das macht die Sache noch würziger.

Zutaten für 12 Muffins:

Trockene Zutaten:

- 250 g Mehl
- 2 TL Backpulver



Feuchte Zutaten:

- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 100 ml Olivenöl
- 4 getrocknete, in Olivenöl eingelegte Tomaten
- 2 EL gehackte schwarze Oliven
- 200 g blanchierter Blattspinat
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- Chilipulver
- 2 Eier
- 150 ml Milch
- 100 g gewürfelte Mozzarella

Zubereitung:

- Mehl und Backpulver in einer Schüssel mischen.
- Fein gewürfelte Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne in zwei Esslöffeln Öl andünnen. Gehackte, eingeweichte Tomaten sowie Oliven zufügen.
- Spinat fein hacken, in die Pfanne geben und weich dünsten. Wer keine Tiefkühlware nimmt, muss ihn putzen, entstielen, mehrmals waschen, in Salzwasser blanchieren und gut ausdrücken. Etwas abkühlen lassen, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen.
- Die Eier mit dem restlichen Olivenöl innig verquirlen, bis eine cremige Verbindung entstanden ist. Den Spinat und die Milch unterrühren.
- Jetzt alles mit den trockenen Zutaten mischen. Zum Schluss den zentimeterklein gewürfelten Mozzarella untermischen. In Muffinformchen füllen und bei 180 Grad Celsius (Ober- und Unterhitze) 25 Minuten backen.

Getränk: ein Glas Wein, ein leichter Rotwein oder ein herzhafter weißer Sauvignon zum Beispiel aus Rheinhessen

Kalbfleisch-Pie

Für den englischen Pie gibt es auch eine deutsche Bezeichnung: Schüsselpastete. Aber die hat bei uns keine richtige Tradition. Dabei ist es eine so praktische Sache. Unter dem Teigdeckel lassen sich die unterschiedlichsten Reste verstecken. Der Teigdeckel hilft, dass man das Essen bequem vorbereiten, transportieren und frisch halten kann.



Zutaten für 4 bis 6 Personen:

- 1 kg Kalbfleisch (am besten vom Hals, der ist von Sehnen durchzogen, die das mürbe Fleisch saftig halten)
- 1 EL Speisestärke
- 2 EL Butter
- 1 EL Öl
- Salz
- Pfeffer
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1-2 Chilischoten (nach Schärfe und Gusto)
- 1-2 Möhren
- 1 Selleriekolle
- 2-3 Selleriestangen
- 200 g Champignons
- je $\frac{1}{2}$ rote und gelbe Paprikaschote
- 3 Thymianzweige
- Petersilie
- 1 Glas Weißwein
- 2 EL Crème fraîche

Außerdem:

- 1 Paket Butterblätterteig
- 1 Ei
- 3 EL Milch

Zubereitung:

- Das Kalbfleisch in Gulaschwürfel schneiden, mit der Stärke überpudern und gut einmassieren. In einem Gemisch aus Butter und Öl rundum anbraten, dabei salzen und pfeffern.

- Fein gewürfelte Zwiebeln, zerdrückter Knoblauch, entkernte, fein geschnittene Chilischote, gewürfelte Möhren, Sellerie und Selleriestangen hinzugeben. Schließlich auch geviertelte Champignons, die gewürfelte Paprika und die Kräuter. Mit dem Wein ablöschen, Crème fraîche untermischen und alles zugesetzt etwa eine halbe Stunde fast gar schmoren.
- Das Ragout in eine Pieform füllen – es geht aber auch eine breite, flache Schüssel. Den Blätterteig rechtzeitig aus dem Kühlfach holen, etwas antauen lassen. Die Platten übereinanderstapeln und dünn ausrollen.
- Die Pieform rundum an der Außenseite mit Eiweiß einpinseln. Die Teigplatte über die Schüssel breiten und rundum am Rand gut festdrücken. Mit einem Messer oder kleinen Ausstecher in der Mitte einen Schornstein ausstechen, damit Dampf entweichen kann. Eigelb mit Milch verquirlen und den Teigdeckel damit einpinseln.
- Im Ofen bei 200 Grad Celsius Heißluft/220 Grad Celsius Ober- und Unterhitze circa 20 bis 25 Minuten backen, bis die Teighaube hübsch gebräunt ist.

Beilage: dazu nur noch ein Salat

Getränk: ein Glas Weißer Burgunder aus Baden, ein Auxerois oder ein Chardonnay

Birnen-Pie

Wunderbar vorzubereiten, man muss ihn nur noch rechtzeitig in den Ofen schieben.

Zutaten für 4 bis 6 Personen:

- 5 feste, aber reife, also aromatische Birnen
- etwas Butter
- 2-3 EL Zucker
- $\frac{1}{2}$ Tasse Walnusskerne
- 2 EL in Birnenbrand eingeweichte Rosinen
- 1 Zitronengraskolben
- 1 Zitrone (Saft und Schale)
- 1 Sternanis
- 1 Chilischote (nach Geschmack)
- 1 Paket Butterblätterteig
- 1 Eiweiß
- 1 Eigelb
- 2 EL Milch



Zubereitung:

- Die Birnen schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen. Die Birnen in Stücke oder Scheiben schneiden und mit Zitronensaft mischen – so wird Farbe und Geschmack besser bewahrt. Die Pieform leicht buttern und mit Birnenstücken füllen.
- Zucker darüberstreuen, Walnusskerne, Rosinen, den sehr fein geschnittenen Zitronengraskolben, Sternanis am Stück und die ebenfalls winzig gewürfelte, entkernte Chilischote zufügen und verteilen. Zitronenschale darüberreiben.
- Die Teigplatten auftauen, nebeneinanderlegen, die Ränder zusammenkniffen und auf Pieformgröße ausrollen. Man kann sie aber auch übereinanderlegen und auf die richtige Größe ausrollen. Den Rand der Form mit Eiweiß bestreichen, den Teig über die Form breiten, am Rand rundum festdrücken. Was übersteht, großzügig abschneiden. Eigelb und Milch verquirlen und auf den Teigdeckel streichen.
- In der Mitte ein kleines Loch einschneiden. Bei 200 Grad Celsius Heißluft (220 Ober- und Unterhitze) circa 25 Minuten backen, bis der Deckel gebräunt ist.

Tipp: Statt Blätterteig Mürbteig verwenden. Dafür 200 Gramm Mehl, 100 Gramm Butter, ein kleines Ei, zwei Esslöffel Zucker und eine Salzprise zusammenkneten und eine halbe Stunde kaltstellen. Dünn ausrollen und wie angegeben die Schüssel damit abdecken.