

Blinis Grundrezept

Dieses Rezept für Blinis mit einem Anteil an Buchweizenmehl ist in der Zubereitung einfach und schnell. Insgesamt sollte man aber schon etwas Zeit investieren, da der Teig zweimal auf das doppelte Teigvolumen aufgehen sollte, was im Endergebnis besonders luftige Blini ergibt.

Traditionell werden frisch gebackene Blinis in Russland zusammen mit reichlich frischem Sauerrahm gegessen. Aber auch in anderen Ländern, wie zum Beispiel in Frankreich, werden Blinis mit besonders raffinierten Auflagen serviert.

Zutaten: für ca. 25 Stück

80 g Weizenmehl Type 405

60 g Buchweizenmehl

½ TL Salz

1 gehäufter TL Trockenhefe

175 ml lauwarme Milch

40 g geschmolzene Butter

1 Ei getrennt

Zum Braten der Blinis:

höchstens 2 - 3 EL Öl oder

15 - 20g kaltes Butterschmalz oder Butter

in kleine Stückchen aufgeteilt

Zubereitung:

Für die Zubereitung: zuerst beide Mehlsorten in eine Schüssel geben, das Salz und die Trockenhefe gründlich untermischen.

Mit dem elektrischen Handmixer, zusammen mit 175 ml lauwärmer Milch einen dünnen Hefeteig rühren.

Mit einem Küchentuch abgedeckt, an einem warmen Ort ruhen lassen bis sich das Teigvolumen sichtbar verdoppelt hat.

Nun ein zimmerwarmes Ei in Eidotter und Eiklar trennen. Das Eidotter zum Hefeteig in die Schüssel geben, Eiweiß in eine schmale Rührschüssel geben und zu steifem Eischnee schlagen.

Die Butter schmelzen, bis auf lauwarm abkühlen lassen.

Nun mit einem herkömmlichem Rührloßel weiterarbeiten, dabei die lauwarme Butter zusammen mit dem Eidotter unter den Hefeteig unterrühren.

Das steif geschlagene Eiweiß zuletzt locker unterheben.

Wiederum mit einem Tuch abgedeckt, den dicken Pfannkuchenteig nochmals 20 Minuten zum Aufgehen stehen lassen.

Zum Ausbacken der Blinis zunächst einen halben EL Öl in eine beschichtete Pfanne geben und die Pfanne damit aussstreichen.

Jeweils etwa einen schwach gefüllten EL Teig für einen Blini in die heiße Pfanne geben.

Je nach Größe der Bratpfanne etwa 4 – 5 Blinis nebeneinander setzen, damit sie sich nicht berühren und auf beiden Seiten, bei mittlerer Hitze, ausbacken.

Wiederum wenig Fett in der Pfanne verstreichen und so fortfahren, bis der ganze Bliniteig aufgebraucht ist.

Die fertig gebackenen Blinis abgedeckt im auf 80 ° C aufgeheizten Backofen warm halten, oder später kurz vor dem Servieren nochmals mit einem passenden Mikrowellendeckel zugedeckt in 10 - 20 Sekunden aufwärmen.

Tipp:



Blinis kann man sehr gut auf Vorrat backen. Diese entweder gut abgedeckt bis zum nächsten Tag im Kühlschrank aufbewahren, oder für längere Zeit einfrieren.

Bei Bedarf sanft und immer abgedeckt erwärmen, damit sie schön weich bleiben und je nach Rezept belegen und als Vorspeise, oder als Hauptgericht nach einer Suppe, servieren.

Blinis können sowohl mit salzigem als auch mit süßem Belag belegt werden.

Es gibt ein ganz einfaches Geheimnis um nicht dunkle, sondern schön goldgelbe Blinis zu erhalten. Dabei sollte die Pfanne nur am Anfang aufgeheizt und gleich nach dem Einlegen der Blinis sofort auf mittlere Temperatur herunter geschaltet werden.

Auch sollte man zum Backen der Blinis immer so wenig Fett wie möglich in die Pfanne geben, wobei eine beschichtete Pfanne sehr hilfreich sein kann.

Auch in einer zwar heißen, dennoch fast fettfreien Pfanne gelingen sie immer noch besser, als wenn sie im Fett schwimmen.

Danach die restlichen Blinis ebenfalls bei mäßiger Hitze ausbacken.

Bei mir ergibt dies das beste Ergebnis, wenn man dem Schalter der Kochplatte (Stufen 1 -12) auf die 5 einstellt, was bei einer Induktionsherdplatte von Stufe 1 - 9 auch der Stufe 5 entspricht und diese Heizstufe bis zum Ende des Backvorgangs bei behält.

Kalorienangaben

Bei 25 Blinis, hat 1 Blini mit Backfett, ca. 30 kcal und 1.5 g Fett