



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

English Muffin etwa 8-10 Stk

Unter einen Muffin verstehen wir Deutschen erstmal einen kleinen Kuchen, meistens hübsch in der papier-Manschette gebacken. Tatsächlich bezeichnet man im Englischsprachigen Raum viele Kleingebäcke so. Der sogenannte English Muffin ist ein kleines Hefeteig Brötchen. Als „English Muffin“ wird er vor allem in den USA bezeichnet. In England heisst er einfach Muffin. In Deutschland wird das übrigens auch verkauft – unter dem Namen Toasties oder Taosbrötchen.

Die Muffins isst man klassisch zum Frühstück, während man Scones klassisch zum Afternoon Tea essen würde. Die Muffins werden in Butter in der Pfanne ausgebacken und frisch und heiss verzehrt. Nachdem wir im Stadtgarten keinen Backofen haben, sind für uns die Muffins eine ideale Variante, frische Brötchen zu zaubern.

Gegessen werden sie zusammen mit Clotted Cream und Marmelade. Clotted Cream ist ein typisch englisches Milchprodukt und bei uns nicht zu bekommen. Sie wird aus un-homogenisierter Rohmilch hergestellt. Diese wird aufgekocht und dann stehen lassen. Dadurch setzt sich der vollfette Rahm als feste Masse ab. Clotted Cream ist im Geschmack irgendwas zwischen Sahne und Butter, streichfest und schön fett.

In London bieten mittlerweile einige Cafes auch veganen Afternoon Tea an. Dort habe ich dann ein sehr leckere Version für vegane Clotted Cream kennengelernt, die ich gern teile. Ein bisschen aufwendig in der Herstellung aber, sehr, sehr lecker.



Ihr braucht dafür Kokosmilch, möglichst eine Bio mit keinen zusätzlichen Zutaten. Die meisten Kokosmilche enthalten Stabilisatoren, die verhindern, dass sich Wasser und kokosbestandteile trennen. Wenn ihr aber eine Bio Kokosmilch kauft, die wirklich nur Wasser und Kokos enthält, dann habt ihr meistens einen festen und einen flüssigen Bestandteil. Durch ein Sieb gießen. Mit dem flüssigen Bestandteil könnt ihr immer noch wunderbar kochen. Das ist wie eine wässrige Kokosmilch. Der feste Bestandteil muss leicht erwärmt werden. Dann ist er aufschlagbar. Ich mische gerne noch etwas Kokosjoghurt oder Mandeljoghurt drunter. Aufpassen – das wird leicht girsselig, wenn die Bestandteile nicht dieselbe Temperatur haben.





Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Ihr bekommt so einen fetten-cremigen Aufstrich, den man anstatt Butter unter Marmelade auf English Muffins oder Scones aufstreicht. Passt aber auch aufs Toastbrot. .-)

Zutaten Clotted Cream

- 1. Dose Bio Kokosmilch
- 2-3 EL Kokosjoghurt, zimmerwarm
- Etwas Puderzucker, nach Geschmack

1. Die Dose öffnen und den Inhalt durch ein Sieb abgießen. Den festen Bestandteil jetzt cremig aufschlagen.
2. Mit Joghurt vermischen und nach eigenem Geschmack ggf. mit Puderzucker etwas süßen.

Zutaten Muffins

- 400g Mehl
- 10g Trockenhefe
- 250 ml Pflanzenmilch
- 30g Margarine
- Prise Salz

1. Das Mehl mit der Trockenhefe und dem Salz mischen. Milch und geschmolzene Margarine zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig kneten. Ca. 1 Std. ruhen lassen.
2. Teig etwa 2,5 – 3 cm dick ausrollen und mit einer runden Form ausstechen. In einer Pfanne in zerlassener Margarine bei mittlerer Hitze schön langsam von jeder Seite goldbraun backen. Die Muffins gehen dabei nochmal auf.

