

Zutaten für 1 Stuten:

500 g Weizenmehl 550,

8 EL Sonnenblumenöl (= 80g)

4 EL Zucker

½ Hefewürfel (=22g)

1 TL Salz

1 Ei (M)

250 ml warme Milch

ggf.: 60g gehackte Mandeln

oder: 120g Rosinen (gewaschen, abgetrocknet

und in Pizzamehl gewälzt, Mehl abgeseibt und warm gestellt !)

12:00 1.Start:

Mehl in eine Schüssel sieben. Mit **3 EL** Zucker vermischen. Kuhle in der Mitte machen und Hefe + **1 EL** Zucker und lauwarmes Wasser verrühren.

Mit feuchtem Tuch abdecken und gehen lassen bis die Menge sich verdoppelt hat.

(1.Mal – ca. 30 Min.)

13:00 2.Bearbeitung:

170g lauwarmen Milch, Salz, Öl und das Ei mit Gabel verkleppern und der Hefe zufügen. Alles mit Gummischaber in der Schüssel vermischen. Der Teig sollte geschmeidig sein (eher feucht!) sonst ggf. Milch zugeben.

Mit feuchtem Tuch zudecken (sonst schwitzt der Teig !)

An warmen Ort gehen lassen bis die Menge sich verdoppelt hat !

(2.Mal – ca. 30-45 Min.)

14:00 3.Teigbereitung:

Teig nochmals durchkneten, ggf teilen und mit Rosinen/Mandeln zufügen.

Dabei die Teile in der Backschüssel immer wieder **falten und mit der Faust drücken !**

Ggf. Mehl darübersieben, damit der Teig nicht mehr klebt.

Den Teig in die gefettete Form geben und mittig einschneiden.

Mit feuchtem Tuch abdecken in der Form an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

(3.Mal – ca. 30 Min. oder länger bis der Teig die Form ausfüllt !)

Derweil den Ofen auf **190°** Ober+Unter-Hitze vorheizen.

15:00 4.Backen:

Auf Gitterrost (2.Schiene von unten (hängender Rost)) den Stuten **45 Minuten backen**.

Wenn er beim Backen zu braun wird, mit Alufolie abdecken.

Anschließend den Stuten aus der Form stürzen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.