

# Vanille- Beerenstangerl



**Gebäck**  
Rezeptart



**50 Minuten**  
Zubereitung



**mittel**  
Schwierigkeit

60-90 Minuten Teigruhe und Backzeit



## Zutaten für 12 Portionen

Teig:

250 g Einkornvollkornmehl  
250 g Dinkelmehl glatt  
70 g Zucker  
½ TL Salz  
gemahlene Bourbon-Vanille  
geriebene Schale einer Zitrone  
½ TL Ingwerpulver  
½ Würfel Frischgerm  
60 g Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.  
250 ml Mandelmilch, ungesüßt  
1 EL weißes Öl und 1 EL Mandelmilch  
zum Bestreichen  
2 EL fein geriebene steirische  
Kürbiskerne (natur) zum Bestreuen

Fülle:

400 ml Mandelmilch, ungesüßt  
1 Pkg. Vanillepuddingpulver  
2 bis 3 EL Zucker  
250 g frische Heidelbeeren

## Zubereitung

Aus den angeführten Zutaten einen weichen Germteig bereiten und an einem warmen Ort bis zum doppelten Volumen aufgehen lassen.

In der Zwischenzeit einen Pudding aus Mandelmilch, Puddingpulver und Zucker bereiten und kalt stellen. Heidelbeeren waschen und trocknen lassen.

Teig in 12 Stücke teilen, zu Kugeln schleifen und wie folgt ausformen bzw. füllen: Kugel mit Hilfe eines Nudelholzes zungenförmig auswalken. Auf die breitere Seite einen Esslöffel Pudding und ein paar Heidelbeeren geben. Breites Teig zur Mitte hin einschlagen und am Rand festdrücken so dass die Füllung nicht austreten kann. Vorsichtig weiter einrollen, mit dem Teigschluss nach unten auf das mit Backpapier belegte Backblech geben und für ca. 15 Minuten aufgehen lassen.

Währenddessen das Backrohr auf 180 °C Umluft vorheizen. Vor dem Backen die gefüllten Stangerl mit einem Öl-Mandelmilch-Gemisch bestreichen, mit geriebenen Kürbiskernen bestreuen und nach Wunsch mit einer geölten Schere ein paar mal einschneiden so dass die Füllung zu sehen ist. Die Stangerl für 15 bis 20 Minuten backen, danach am Gitterrost auskühlen lassen.

**Rezept von Theresia Fastian, [www.fastian.at](http://www.fastian.at) / Foto: Stefan Kristoferitsch**