



**Frau Unrein**  
Apothekerin

# Mein Lieblings-Rezept

## Die Partyähre – Frisch aus dem Ofen

### ZUTATEN FÜR DEN HEFETEIG

- 160 g Milch und etwas mehr zum Bestreichen
- ½ Würfel Hefe
- ½ TL Zucker
- 300 g Mehl
- 30 g Öl (ich nehme dafür gerne Olivenöl)
- 1 TL Salz

### ZUTATEN FÜR DIE FÜLLUNG:

- 100 g gekochter Schinken
- 80 g Gouda
- 1 rote Paprika
- 2 Prisen Cayenne-Pfeffer  
(evtl. 1EL Pizzagewürz oder Oregano)

### ZUBEREITUNG:

Hefe und Zucker in lauwarmer Milch auflösen. Mehl, Öl, Salz zugeben und zu einem Teig kneten. Den Teig zugedeckt ca. 45-60 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

Für die Füllung alle Zutaten in einer Küchenmaschine oder im Mixer zerkleinern.

Nun den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck (20x40cm) ausrollen, die Füllung darauf geben und dabei 1 cm breiten Rand ringsum freilassen. Das Rechteck von der Längsseite her aufrollen. Die Teigrolle mit der Naht nach unten auf das vorbereitete Backblech legen. Die Teigrolle mit einer

Schere von oben im 45°-Winkel schräg einschneiden, zwischen den Einschnitten ca. 4 cm Abstand lassen. Die Einschnitte nun abwechselnd nach links und rechts aufklappen und zurecht ziehen, dass es wie eine Ähre aussieht.

Ich lasse die Ähre nun gerne noch 30 Minuten gehen. In der Zwischenzeit kann man den Ofen auf 200°C vorheizen, die Partyähre mit Milch bestreichen und im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten goldgelb backen. Man kann sie warm und kalt servieren. Dazu bereite ich gerne einen Salat vor und ein schöner Rotwein krönt das Menü ab.

### TIPP:

Gerne können Sie die Füllung abwandeln, z.B. mit Spinat und Feta-Käse oder auch mal eine süße Variante ausprobieren.