

# Individuelle **Mutschelrezepte**

Auszüge aus dem ersten  
Reutlinger Mutschel-Backwettbewerb

**Lebkuchen-Mutschel**



**Mäusefalle-Mutschel**



**#erlebReutlingen**  
*Wo Leben Stadt findet*

2019

# INHALTSVERZEICHNIS

## Mutschelrezepte

- 1) Reutlinger Mutschel - Traditionelles Rezept
- 2) Beschwipste Weihnachtsmutschel
- 3) Laugen-Leberkäs-Mutschel
- 4) Süße Dinkel-Mutschel
- 5) Pizza-Mutschel
- 6) Mäusefalle-Mutschel
- 7) Lebkuchen-Mutschel
- 8) Thai-Mutschel
- 9) Marzipan-Nuss-Mutschel
- 10) Vanille-Cookie-Eis-Mutschel

Marzipan-Nuss-Mutschel

#erlebReutlingen  
*Wir Leben Schult - Einset*



# Reutlinger Mutschel

nach traditionellem Rezept



#erlebReutlingen  
*Wie Leben Stauff- findet*

## REZEPT:

- 1 kg Mehl
- 1/2 l Milch
- 150 g weiche Butter
- 15 g Salz
- 10 g Zucker
- 80 g Hefe

## ZUBEREITUNG:

Alle Zutaten in einer Schüssel verkneten und zugedeckt 30-40 Minuten gehen lassen. Danach die Mutscheln formen, mit Eigelb bestreichen und circa 25 Minuten bei 180°C backen.

**Kleiner Tipp:** Unter <http://bit.ly/ReutlingerMutschel> findest du alles zur Mutschel kurz und kompakt im Video, inklusive Backanleitung!

# Beschwipste Weihnachtsmutschel

mit Glühwein und Lebkuchengewürz

## REZEPT:

- 500 g Dinkelmehl
- 200 ml Milch
- 50 ml Glühwein
- 75 g Butter
- 7 g Salz
- 5 g Zucker
- 1 Würfel Hefe
- 1 TL Lebkuchengewürz



„Ich habe mich für eine beschwipste Weihnachtsmutschel entschieden, einfach weil es super zur Jahreszeit passt.“

Stefanie aus Reutlingen

## ZUBEREITUNG:

Alles zusammen in eine Schüssel geben und gut verkneten.  
30 Minuten ruhenlassen und anschließend die Mutscheln klassisch formen.  
Mit Eigelb bestreichen und 25 Minuten bei 180°C backen.

# Laugen-Leberkäs-Mutschel

Schwäbisches Fusionsgebäck



„In Berlin gibt es leider kein schmackhaftes Laugengebäck und Mutscheln schon dreimal nicht. Deshalb habe ich dieses Rezept entwickelt.“

Petra aus Berlin

## REZEPT:

### Für die Lauge:

- + 100 g Speisenaatron
- 4 l Wasser

### Zum Bestreuen:

- etwas grobes Salz
- oder heller Sesam

### Hefeteig:

- 2 EL Trockenhefe
- 230 ml lauwarmes Wasser
- 80 ml Pflanzenöl
- 30 g Zucker
- 1 Ei
- 1 TL Salz
- 450 g Weizenmehl

## ZUBEREITUNG:

Hefe mit lauwarmem Wasser, Öl und Zucker verrühren, 5 Minuten gehen lassen. Ei (Zimmertemperatur), Salz und Mehl hinzufügen und zu einem glatten Teig verkneten, 30 Minuten gehen lassen. Teig in 8 gleich große Stücke teilen und zu Kugeln formen. Daraus 7 Mutscheln mit 8 Zacken formen, aus der letzten Kugel 7 Kränze flechten und als Kranz über den mittleren Buckel legen. Mit einem Handtuch abdecken, 10 Minuten ruhen lassen. Für die Natron-Lauge das Wasser aufkochen, dann die Temperatur herunter stellen, bis es aufhört zu kochen. Vorsichtig das Natron einrieseln lassen. Die Mutscheln auf eine Schaumkelle legen und dann für ca. 30 Sekunden in die heiße Lauge geben. Gut bedecken, sonst bleibt die Muschel nach dem Backen weiß. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad ca. 12 Minuten goldbraun backen.

# Süße Dinkel-Mutschel

mit Walnussfüllung



## REZEPT:

### Zutaten Hefeteig:

- 1 Becher Naturjoghurt (150 g - 3,5% Fett)
- 100 ml Milch
- 90 g Butter
- 90 g brauner Rohrzucker
- 1 Päckchen Vanillinzucker
- 2 Eier
- 1/2 Würfel Hefe
- 470 g Dinkelmehl Typ 630
- 70 g Dinkelvollkornmehl
- 1 Prise Salz
- 30 g gemahlene Walnüsse

### Füllung:

- 100 g gemahlene Walnüsse
- +100 g gehackte Walnüsse
- 100 g brauner Rohrzucker
- 1 TL Zimt
- 3 Tropfen Bittermandelaroma
- 6 Esslöffel Milch
- 50 g gehackte Walnüsse
- 50 g brauner Rohrzucker

### Zum Bestreichen:

- 1 Ei

„Mutschelbacken hat für mich eine lange Tradition. Deshalb habe ich mich für ein Rezept entschieden, dass in der Optik unverändert bleibt.“

Elke aus Engstingen

# Süße Dinkel-Mutschel

mit Walnussfüllung

## ZUBEREITUNG:

Naturjoghurt, Milch, Butter, Rohrzucker, Vanillinzucker und Eier in einer Schüssel verrühren. Kurz in der Mikrowelle erwärmen (nicht über 38 Grad), danach die Hefe unterrühren. Dinkelmehl, Vollkornmehl, Salz und Walnüsse in eine Rührschüssel geben und die Masse von Punkt 1 zugeben. Mit der Küchenmaschine zu einem Teig kneten (Dinkelmehl darf nicht zu lange geknetet werden). Teig an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat (ca. 1-2 Stunden). Von dem Teig 8 walnussgroße Stücke abschneiden, davon 4 Kugeln und 4 Stränge formen. Den Rest in 8 gleich große Stücke teilen und diese jeweils zu runden Kugeln formen. Alles abgedeckt 10 Min. ruhen lassen.

Für die Füllung alle Zutaten zusammenrühren, die Konsistenz darf nicht zu flüssig sein. Ein großes Teigstück ausrollen, Durchmesser ca. 16 cm. Darauf in die Mitte einen Klecks von der Füllung und außenherum 8 Kleckse für die Zacken. Das zweite Teigstück auch mit einem Durchmesser von ca. 16 cm ausrollen und als Deckel auf das Erste geben. Teig zwischen den Zacken gut andrücken und einschneiden. Jedes Ende etwas in die Länge ziehen und zu einem Zacken formen. In die Mitte wird ein walnussgroßes Stück Teig etwas geformt und aufgesetzt. Aus dem Strang wird eine Schlange gerollt und zu einer Kordel geformt, welche um die Mitte herumgelegt wird.

(Bei den restlichen 3 Mutscheln die Schritte 6-9 wiederholen.)

Die Mutscheln abdecken und ca. 2 Stunden gehen lassen. Walnüsse und Rohrzucker in einer Pfanne karamellisieren und abkühlen lassen. Die Mutscheln mit einem Ei bestreichen und mit den karamellisierten Walnüssen bestreuen.

Backzeit: ca. 20 Minuten bei 180°C Ober-Unterhitze, bis sie goldbraun sind.

# Pizza-Mutschel

mit Salami und Schinken



„Wenn ich mein altes  
Freundebuch anschaue, steht  
bei den meisten Pizza. Und Pizza  
geht einfach immer! Da dachte  
ich mir, warum keine  
Pizza-Mutschel?“

Lena aus Reutlingen

## REZEPT:

### Teig:

- 250 g Mehl
- 125 ml Milch
- 40 g weiche Butter
- 5 g Salz
- 5 g Zucker
- 20 g Hefe

### Füllung:

- 2 TL Pesto  
Rustico Mediterraneo
- Schinken
- Salami
- Geriebener Mozzarella
- Pizzagewürz

## ZUBEREITUNG:

Zutaten für den Mutschelteig zusammenrühren und Teig gehen lassen. Schinken und Salami in acht Streifen schneiden. 1 TL Pesto mit Käse und dem restlichen Schinken und Salami zusammenmischen, nach Belieben mit Pizzagewürz würzen. Teig in vier Teile teilen (zwei größere und zwei kleinere). Zwei gleich große Kreise ausrollen. Ersten Kreis mit 1 TL Pesto bestreichen. Jeweils acht Salami- und Schinkenstreifen im Kreis legen. Zweiter Kreis darauflegen und am Rand zusammendrücken. Acht Zacken einschneiden (immer zwischen den Salami- und Schinkenstreifen). In die Mitte die Füllung geben und einen dritten Kreis ausrollen, mit dem die Füllung abgedeckt wird. Den restlichen Teig flechten und um die Füllung legen. Bei 180°C im Ofen für ca. 25 min backen.



# Mäusefalle-Mutschel

mit Oliven und Käse verfeinert



## REZEPT:

- Mutschelgrundrezept StaRT
- 200 g grüne Mammutooliven
- 200 g schwarze Kalamata-Oliven
- ein Vacherin Mont d'Or mit 450 g

„Zum Mutschelwettbewerb habe ich mir eine wahre Mäusefalle einfallen lassen, bei der jeder Käseliebhaber auf seine Kosten kommt.“

Malte aus Reutlingen

## ZUBEREITUNG:

Die Oliven klein hacken, in den Teig einkneten und flach ausrollen.  
Die 8 Zacken ausformen und den Mont D'Or mittig platzieren.  
Den geflochtenen Kranz mithilfe von Eigelb um den Mont d'Or legen und andrücken, damit beim Backen kein Käse auslaufen kann.

# Lebkuchen-Mutschel

mit weihnachtlicher Marmeladenfüllung

Louisa aus  
Herrenberg



## REZEPT:

- 750 g Mehl
- 100 g gehackte Haselnüsse  
oder auch Mandeln
- 200 g gemahlene Haselnüsse
- 100 g Zartbitterschokolade
- 80 g Zucker
- 1 EL Kakao
- 2 TL Zimt
- 2 TL Lebkuchengewürz
- 150 g weiche Butter
- 300 ml Milch
- 200 ml Glühwein
- 2 Pck. Trockenhefe
- 80-100g weihnachtliche Marmelade
- 1 Eigelb

# Lebkuchen-Mutschel

mit weihnachtlicher Marmeladenfüllung

## ZUBEREITUNG:

Das Mehl mit der Hefe, den Nüssen, der Butter, dem Zucker, der Milch und dem Glühwein grob mit Hilfe eines Rührgeräts mit Knethaken vermengen. Die Gewürze und den Kakao zugeben und nochmals kurz verrühren. Mit den Händen zu einem Teig verkneten.

Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort für circa 40 Minuten gehen lassen.

Den aufgegangenen Teig in 2 Hälften teilen und jeweils 1/4 davon beiseite legen. Die 3/4 nochmals teilen und gleichgroße runde Kreise formen (Durchmesser ca. 18-20cm). Einen Kreis mit Marmelade bestreichen und den zweiten darauf legen, den Rand fest zusammendrücken.

Die Kreise nun 8 Mal ringsherum einschneiden (ca. 6 cm) und Zacken formen, sodass die typische Form entsteht. Nur den zur Seite gelegten Teig nehmen und davon jeweils eine kleine Teigkugel abtrennen und mit einem TL Marmelade in die Mitte des Kreises setzen.

Den restlichen Teig länglich ausrollen und dünn mit Marmelade bestreichen. Von der langen Seite aufrollen. Oben 1 cm unberührt lassen und dann längs in der Mitte durchschneiden. Die Hälften ineinander verdrehen. Den Zopf nun vorsichtig um die mittlere Kugel drumherum legen und die Enden zusammendrücken. Mit der zweiten Mutschel gleich verfahren.

Die Mutschel nochmals 20 Minuten aufgehen lassen. Vor dem Backen das Eigelb mit einem Schuss Milch verrühren und die Mutschel damit einstreichen.

Im vorgeheizten Backofen (200°C O/U) für 20 Minuten backen und danach genießen.

# Thai-Mutschel

mit Maultaschen-Thaicurry-Füllung

## REZEPT:

### Teig:

- 250 ml Milch, lauwarm
- 1 P. Trockenhefe
- 1 TL Zucker
- 500 g Dinkelmehl
- 80 g Butter, flüssig
- 2 TL Salz
- 1 Ei

### Füllung:

- 1 Zwiebel, halbiert, in Ringe geschnitten
- 1 TL Butter
- 2 1/2 Scheiben Grana Padano, in Viertel geschnitten
- 5 Maultaschen, davon 4 Stück halbiert
- 9 EL Kormasoße (Curry-Kokossoße)
- 1 EL rote Thaicurrypaste
- Salz



„Von außen sieht die Mutschel ganz normal aus, wenn man aber in eines der Zacken beißt, dann beißt man eigentlich in eine Art Hotdog - bloß mit Maultaschen!“

Hien aus Metzingen

# Thai-Mutschel

mit Maultaschen-Thaicurry-Füllung

## ZUBEREITUNG:

Hefe und Zucker in der Milch vermehren, 5 min stehen lassen.

Restliche Zutaten in eine Rührschüssel füllen, Milch dazugeben, alles gut verkneten, Teig abgedeckt an einem warmen Ort 30 min gehen lassen.

Zwiebel in Butter andünsten, beiseitestellen, Kormasoße gut mit der Currypaste verrühren, schmeckt sehr salzig, ist aber gewollt (wenn die Maulis nachher im Teig sind, geht die Soße ein bisschen unter, wenn sie zu fad ist), Teig halbieren: eine Hälfte nochmal halbieren, die andere Hälfte achtern (Teigportionen: 2x 1/4 + 8x 1/16). 1/4 Teig nehmen, auf der Hand flach drücken, dann füllen mit: 1 TL Soße, ein paar Zwiebeln, 1 ganze Mauli, 1 TL Soße, 2x geviertelte Scheiben Käse, Ränder zusammendrücken, rund formen, mit der Naht nach unten mittig auf ein Backblech mit Backpapier setzen.

1/16 Teig nehmen, auf der Hand flach drücken, dann füllen mit: Klecks Soße, bisschen Zwiebel, halbierte Mauli, Klecks Soße, 1 geviertelte Scheibe Käse, Ränder zusammendrücken, dabei zu einem Zacken formen, mit der Naht nach unten an das Runde setzen, dabei den Zacken ein bisschen hineindrücken; mit den restlichen 1/16-Teigstücken genauso verfahren.

Anderes 1/4-Teigstück nehmen, in 4 Teile teilen: 1 Teil zu einem Quadrat formen, mittig auf die Mutschel setzen, restliche Teigstücke jeweils zu einem Strang formen, diese miteinander verflochten, den fertigen Zopf auf den Rand der Mutschel setzen, sodass die Naht zwischen dem Runden und den Zacken nicht mehr sichtbar ist, Mutschel mit Eigelb-Milch-Mischung einpinseln, bei 160 Grad Umluft 30 min backen, am besten warm servieren, schmeckt aber auch kalt.

# Marzipan-Nuss-Mutschel

Ellen aus Pfullingen



## REZEPT:

### Teig:

- 1 kg Mehl
- 1/2 l Milch
- 150 g Butter
- 15 g Salz
- 10 g Zucker
- 80 g Hefe
- 1 Eigelb

### Füllung:

- 50 g Marzipan
- 100 g Zucker
- 100 g Mandeln
- 20 g Pistazien
- 15 g Walnüsse
- 15 g Cashewkerne
- 1 Ei

## ZUBEREITUNG:

Aus den angegebenen Zutaten einen Hefeteig herstellen und 1 Std. gehen lassen. Danach noch mal gut durchkneten (Teig muss ziemlich fest sein, sonst verläuft die Mutschel beim backen). Ungefähr 1/6 des Teiges zum Verzieren zur Seite stellen. Aus dem Rest eine Kugel formen und plattdrücken, sternförmig den äußeren Ring in 8 Teile einritzen, so dass in der Mitte ein Kreis stehen bleibt. Die eingeritzten Teigteile sternförmig herausziehen, den Teig für den Kranz in 3 Teile teilen, jedes Teil leicht plattdrücken, mit der Marzipan-Nuss-Masse gleichmäßig bestreichen und leicht drehen und dann zu einem Zopf flechten. So ebenfalls mit den 8 Zacken verfahren. Alle Zacken sollen nachher als Zöpfe dastehen.

Für die Füllung die Nüsse, bevor alle gemahlen werden in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie leicht duften. Danach alle zusammen mahlen. Zum Schluss alle Zutaten der Füllung mit dem Handrührgerät (Kneithaken) miteinander verkneten. Sobald die Mutschel fertiggestellt ist, noch mal etwa 30 min. gehen lassen, dann mit Eigelb bestreichen und im Backofen bei 140 - 200 °C (je nach Backofen) Heißluft 30 - 40 min. backen. Tipp: Am besten Garprobe mit Schaschlikspieß machen. Gutes Gelingen.

# Vanille-Cookie-Eis-Mutschel

Betthupferl neu definiert

## REZEPT:

- Mutschelgrundrezept StaRT
- Vanille-Cookie-Eiscreme
- oder beliebige Eissorte nach Wahl



„Klassische Mutschel  
mit der Lieblings-Eissorte.  
Es war ein Traum.“

Heino aus Balingen

## ZUBEREITUNG:

Klassische Mutscheln nach dem Grundrezept von StaRT backen.  
Die „Insel“ der Mutscheln und wenn gewünscht die Zacken aushölen und  
anschließend das Ausgehöhlte mit der Lieblings-Eissorte befüllen.

Thai-Mutschel



Laugen-Leberkäs-Mutschel



**#erlebReutlingen**  
*Wo Leben Stadt findet*

#erlebReutlingen  
StaRT Stadtmarketing und Tourismus Reutlingen GmbH  
Marktplatz 2  
72764 Reutlingen  
Telefon 07121 93 93 53 53  
[www.tourismus-reutlingen.de](http://www.tourismus-reutlingen.de)