

# So wird es gemacht: Grittibänze

**Grittibänze erfreuen nicht nur Kinder, sie sind auch für Erwachsene ein Genuss.**

**Mit der bebilderten Schritt-für-Schritt-Anleitung gelangen die feinen Kerlchen selbst weniger geübten Bäckerinnen und Bäckern problemlos.**



**1** Den aufgegangenen Teig nicht mehr kneten.



**2** Teig vierteln, wenig davon für die Verzierung beiseite legen, jeden Viertel zu einer ovalen Form drehen, dabei den Teig einrollen und die Oberfläche glatt ziehen.



**3** Für den Kopf auf beiden Seiten der Teigrollen mit dem Teighorn je ein Dreieck herausschneiden, für Arme und Beine Teig einschneiden.



**4** Verzierungen: Sultaninen, Nüsse usw. tief in den Teig drücken, mit restlichem Teig Verzierungen formen wie Halstuch, Mütze, Gurt usw., Verzierungen mit wenig Wasser ankleben, für Haare mit einer Schere Zacken in den Kopf schneiden.



**5** Grittibänze auf mit Backpapier belegten Blechrücken legen, mit verklopftem Ei bestreichen, in die untere Hälfte des kalten Ofens schieben, Ofen auf 200 °C einschalten. Backzeit: 30–40 Minuten.



**6** Backprobe: Der Grittibänz ist fertig, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl tönt.

Haben Sie Fragen, Probleme oder sonst ein kulinarisches Anliegen?

Schweizer Milchproduzenten SMP  
Redaktion LE MENU  
Weststrasse 10, 3000 Bern 6  
Telefon 031 359 57 59  
lemenu.redaktion@swissmilk.ch

# Grittibänze

Für 4 Stück

Backpapier für das  
Backblech

Teig:

500 g Mehl,  
z. B. Zopfmehl

1/2 EL Salz

2 TL Zucker

75 g Butter, weich

1/2 Würfel Hefe (21 g),  
zerbröckelt

2,75 dl Milch, lauwarm

Verzierungen:

Haselnüsse,  
Baumnüsse,  
Sultaninen,  
Hagelzucker

1 Ei verknüpft,  
zum Bestreichen

Teigzubereitung:

Für den Teig Mehl, Salz und  
Zucker mischen, eine Mulde  
formen.

Butter in kleinen Stücken in die  
Mulde geben.

Die Hefe mit 0,5 dl Milch auflösen,  
mit der restlichen Milch in die Mulde  
giessen. Alles zu einem Teig zusam-  
menfügen.

Teig kneten, bis er weich und ela-  
stisch ist, mindestens 10 Minuten.  
(Beim Aufschneiden mit einem  
Messer sollen kleine Luftblasen  
sichtbar sein.)

Teig in der Schüssel unter einem  
aufgeschnittenen Plastikbeutel bei  
Zimmertemperatur auf das Doppel-  
te aufgehen lassen.

## GRITTIBÄNZE MIT VANILLE UND DÖRRFRÜCHTEN

Abwechslung ist angesagt, auch bei den Grittibänzen! Mit ganz wenigen zusätzlichen Zutaten und Arbeitsschritten lässt sich aus dem klassischen Grittibänz ein würziger Kollege backen.

Zusätzliche Zutaten und Arbeitsschritte zum Grundrezept:

1 Vanillestängel, längs  
aufgeschnitten

Milch mit Vanillestängel aufkochen, leicht  
auskühlen lassen. Milch wie im Grundrezept  
weiterverarbeiten.

1 Msp Kardamom

1 Msp Sternanis

Zum Mehl, Salz und Zucker die Gewürze  
beigeben.

1 EL getrocknete Aprikosen,  
fein gehackt

1 EL getrocknete Pflaumen,  
fein gehackt

1 EL getrocknete Birnen,  
fein gehackt

Die Früchte unter den Teig kneten.  
Teig wie im Grundrezept weiterverar-  
beiten.

