**Griechische Krapfen Loukoumades**

Haligai!

Mittendrin im Rosenmontag! Seit Ihr schon am Feiern? Oder habt Ihr am Faschingswochenende schon genug gefeiert? Aber seid wir ehrlich, Fasching ist ja nur einmal im Jahr und da darf man doch locker mal 4 Tage durch . Ab Mittwoch wird es dann wieder ruhiger. Da hat man dann genug Zeit zum Ausruhen und Fasten.

Wie haltet es Ihr mit der Fastenzeit? Ich kenne einige Leute, die nehmen sie eine spezielle Nahrungs- bzw. Genussmittelkategorie her und verzichten auf diese, zum Beispiel Süßigkeiten, Fleisch oder Alkohol. Ich habe es vor ein paar Jahren mit Süßigkeiten versucht. Ich dachte es kann doch nicht so schwer sein 40 Tage keine Schokolade oder sonstiges Süßes zu Essen? Falsch gedacht! Es ist für mich verdammt schwer auf Süßes zu verzichten. Eventuell starte ich heuer wieder mal einen Versuch und breche ihn dann nach 4 Tagen ab. Aber gesündere Ernährung steht sicher auf Plan. Fällt mir aber auch nicht schwer, da ich Gemüse liebe.

Ich kann aber versichern, dass Ihr auch in der Fastenzeit einige süße Rezepte zu lesen bekommt, wo wir gleich beim heutigen Rezept waren – griechische Krapfen oder Loukoumades genannt.

Wir waren letzte Woche beim Griechen Essen und bekamen als Nachspeise Loukoumades serviert. Kannte ich überhaupt nicht. Die Kinder haben zuerst etwas skeptisch geschaut, aber nach dem ersten Bissen waren wir alle begeistert. Einfach köstlich. Da musste ich natürlich sofort nach dem Rezept fragen. So etwas gehört doch ausprobiert. Aus nur wenigen Zutaten werden köstliche Krapfen gezaubert.

# Griechische Krapfen Loukoumades

Zutaten:

250 g Mehl

20 g Germ/Hefe

1 Prise Salz

250 ml warmes Wasser

ca. 500 ml Öl

**Sirup:**

100 g Honig

250 ml Wasser

1 Stange Zimt

2 EL Zitronensaft

**Weiters:**

Zimt gemahlen

Küchenpapier

Für den Sirup Honig mit 500 ml Wasser, der Zimtstange und Zitronensaft zum Kochen bringen und zirka 20 Minuten einkochen lassen. Abkühlen.

Mittlerweile den Teig: das Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken und die Germ hineinbröseln. Zirka die Hälfte des vorbereiteten warmen Wassers zur Germ geben und mit ein wenig Mehl zu einem Vorteig verrühren. Schüssel mit Deckel verschließen oder mit einem Küchentuch abdecken und im warmen Wasserbad zirka 30 Minuten gehen lassen.

Danach das Salz aufs Mehl geben und das restliche Wasser dazugeben und alles zu einem Teig verrühren. Die Schüssel wieder verschließen oder abdecken und nochmals zirka 20 Minuten gehen lassen.

Das Öl in einem Topf erhitzen. Ich nehme einen eher kleineren aber höheren Topf und frittiere die Krapfen in 3-4 Gängen. Ihr könnt natürlich in einem großen Topf alle auf einmal frittieren, da braucht ihr dann aber mehr Öl.

Stäbchenprobe ob das Öl heiß genug ist: Dafür hält man ein Holzstäbchen ins Öl und steigen Bläschen auf, ist das Öl heiß genug.

Etwas Öl in einem kleinen Schüsserl bereitstellen. 2 Löffel in das Öl eintauchen, damit der Teig nicht kleben bleibt. Er ist nämlich sehr dünnflüssig. Mit Hilfe eines eingeölten Löffels etwas Teig entnehmen und mit Hilfe des 2. Löffels versuchen ihn etwas rund zu formen. Dann den Teig in das heiße Öl gleiten lassen und mit dem 2. Löffel etwas nachhelfen, sollte er kleben bleiben.

Es hört sich jetzt komplizierter an, als es tatsächlich ist. Und sollten sie nicht ganz rund sein, ist es ja auch nicht schlimm. Meine waren auch nicht so perfekt wie beim Griechen.

Die Krapfen schön hellbraun frittieren, dauert zirka 10 Minuten. Danach mit einem Schaumlöffel entnehmen und auf dem Küchenpapier abtropfen lassen.

Auf einem Teller anrichten, mit gemahlenem Zimt bestreuen und mit dem Honig Sirup beträufeln.

Durch den Zimt und Honig bekommen die Krapfen einen leicht

orientalischen Tatsch. Krapfen auf diese Art habe ich zuvor noch nie gegessen und ich muss sagen, ich bin echt begeistert, wobei, wie ihr schon wisst, bin ich für Süßes leicht zu haben.

Also lasst uns heute nochmals die Faschingsmasken auspacken und noch ein wenig feiern.