

Struven

Struven - eine Delikatesse der Vorosterzeit



Struven sind eine alte Delikatesse, die im katholischen Westfalen zu [Karfreitag](#) gegessen wird.

Der strenggläubige Katholik ist zu Karfreitag oftmals wirklich nur Struven und nichts anderes. Getrunken wird dazu ein Glas Milch.

Natürlich kann man Struven auch so als Gebäck für den Nachmittag zum Kaffee oder Tee essen. Wer Struven kennt und lieben gelernt hat oder sie vielleicht schon aus Kindheitstagen schätzt, freut sich schon lange zuvor auf das Osterfest und den Karfreitag - und isst in der Tat oft den ganzen Tag lang nichts anderes als Struven. Viele essen die Struven so gerne, dass sie so viele backen, damit sie bis Ostersonntag halten.



Struven schmecken kalt genauso gut wie heiß.

Eigentlich handelt es sich um eine Art Pfannkuchen. Es gibt zwei Varianten der süßen Speise: Die einen machen Struven lieber mit Ei, die anderen ohne.

-

Original und – wie wir finden, besser - sind die Struven auf jeden Fall ohne Ei. Aber das entscheidet jeder Geschmack selber.

-

Struven mit Ei schmecken mehr wie Eierkuchen oder Pflannkuchen.

Beginnen Sie die Zubereitung am besten am Abend des Gründonnerstag (Tag vor Karfreitag), dann schmecken die Struven am Karfreitag besonders gut, nachdem die Hefe den Teig so richtig gut durchgearbeitet hat.

Viel Freude beim Zubereiten und Guten Appetit, wünscht Ihnen Mein Gartenratgeber Team, nach diesem Rezept von **Marlies Schlagheck**

Zutaten für Struven

(für ca. 15 bis 20 Stück)

-

1 knapper Liter Milch (900 ml)

-

2 Pfund Mehl (1000g)

-

2 Teelöffel Zucker

-

1 Würfel Hefe (42g)

-

250g bis 500g Rosinen – je nach Geschmack

-

½ Teelöffel Salz

-

Öl zum Braten (ca. ½ Liter)

(Vorzugsweise keine Olive sondern eher geschmacksneutrales Öl, wie Sonnenblumenöl,

Maiskernöl oder Rapsöl)

-

½ - 1 kg Zucker (zum zuckern nach dem backen)

Die Zutaten lassen sich natürlich im Verhältnis vervielfältigen. Wer seine Struven mit Ei machen will, kann dem Rezept noch 2 Eier hinzufügen.

Zubereitung der Struven



(am besten am Abend des Gründonnerstag)

1.

Schöpfen Sie eine halbe Tasse Milch ab und erwärmen Sie diese lauwarm. Bröckeln Sie nun in die lauwarml Milch die Hefe und lösen Sie diese vollständig auf, biss keine Klumpen mehr übrig sind.

2.

Mischen Sie nun alle übrigen Zutaten – ohne die Milch – trocken zusammen (Mehl, Zucker,

Rosinen und Salz - ggf. die Eier).

3.

Geben Sie nun die aufgelöste Hefe hinzu und dann nach und nach unter rühren die Milch, die nicht zu kalt sein sollte, damit sie die Hefe nicht „erschreckt“. Geben sie solange Milch hinzu, bis ein fester, zäher Brei entsteht.

4.

Wählen Sie ein Gefäß, dass mindestens doppelt so groß ist wie die Menge Teig, da dieser ja noch gehen wird, und stellen Sie den Brei an einen warmen Platz, beispielsweise auf eine lauwarme Heizung, damit er schön aufgehen kann. Nicht aber zu heiß. Decken Sie den Teig mit einem Leinentuch ab. Er sollte mindestens 2 Stunden gehen, am besten wird er aber, wenn er über Nacht steht.

5.

Karfreitag Vormittag beginnen Sie mit dem Backen. Geben Sie viel Öl in eine große Pfanne, etwa ½ cm hoch. Die Struven sollen darin beinahe schwimmen. Lassen Sie das Öl auf mittlerer Stufe heiß aber nicht zu heiß werden.

6.

Rühren Sie den Teig noch einmal durch., Er muss so fest und klebrig sein, so dass er nur in ganz dicken Klumpen vom Löffel tropft.

7.

Geben Sie für jeden Struven je einen großen, gehäuften Löffel oder Kochlöffel Teig in die Pfanne und drücken die Masse sofort in die gewünschte Form flach auseinander. Die Struven sollten etwa Handteller groß und ein bis anderthalb Finger dick sein. Meist gehen rund drei Struven gleichzeitig in eine Pfanne.

8.

Backen Sie die Struven nun langsam erst von der einen Seite schön goldgelb bis knusprig-braun und wenden Sie diese dann nur ein Mal, um auch die andere Seite goldgelb und knusprig braun zu braten. Drücken Sie nach dem Wenden den Struven für einige Sekunden nochmal kräftig an.

9.

Wird das Öl in der Pfanne knapper, füllen Sie welches nach. Einzelne desertierte Rosinen fischen Sie am besten immer wieder raus und entfernen sie, da sie nicht schmecken und das Öl bitter machen.



10.

Ist der Struven fertig, kommt er aus der Pfanne in ein Zuckerbad. Nehmen Sie also den Struven aus der Pfanne heraus und legen Sie ihn auf einen großen vorbereiteten Teller, den Sie zuvor mit viel Zucker füllen und rollen ihn ordentlich darin, bis er von allen Seiten schön zuckrig ist. Das geht am besten mit zwei Gabeln



Servieren Sie Ihre Struven am besten noch warm auf einem Tablett auf einem großen Haufen. Stellen Sie ein paar Teller breit, damit der Zucker nicht krümelt. So kann sich jedes Familienmitglied oder jeder Gast jederzeit davon nehmen. Wenn die Struven kalt werden, spielt das keine Rolle. Sie schmecken noch bis nach Ostern sehr lecker.

Viel Freude und guten Appetit wünscht Ihnen Mein Gartenratgeber nach einem alten westfälischen Rezept
von **Marlies Schlagheck**

Teilen Sie Ihr Lieblingsrezept mit anderen!

Veröffentlichen Sie Ihr Lieblingsrezept auf "[Mein Gartenratgeber](#)" und teilen Sie es so mit anderen Menschen. Schicken Sie uns dazu einfach Ihr Lieblingsrezept per Mail zu, und wir stellen es für Sie online. Auf Ihren Wunsch auch gerne unter Ihrem Namen.

...schreiben Sie uns unter info@mein-garten-ratgeber.de

Weitere Rezepte für leckere...

-

[Gerichte](#)

-

[Getränke](#)

-

[Desserts](#)

-

[Gebäck & Kuchen](#)

-

[Marmeladen](#)

-

[Pestos](#)

- [Vegane Küche](#)