



## Kanelbullar - Zimtschnecken

### Zutaten

#### *Hefeteig*

150 g Butter  
500 ml Milch  
50 g frische Hefe  
150 g Zucker  
etwas Salz  
ein Teelöffel Kardamom  
900 g Weizenmehl

#### *Füllung*

100 g Butter  
200 g Zucker  
2 Esslöffel Zimt (oder weniger)

#### *Zum Bestreichen*

Ei und Hagelzucker

### Zubereitung

Butter schmelzen. Milch hinzufügen und auf etwa 37 Grad wärmen, Hefe darin auflösen und Zucker, Salz, Kardamom und Mehl hinein rühren. Den Teig kneten, bis er geschmeidig wird. Den Teig danach 30 bis 40 Minuten aufgehen lassen. Auf einer mehligten Arbeitsfläche wird er dann geknetet und in drei Teile geteilt. Jeweils eine dünne, rechteckige Fläche ausrollen und mit flüssiger Butter (Raumtemperatur) bestreichen. Zucker und Zimt mischen und den Teig damit dick bestreuen. Zu einer Wurst rollen und in etwa 4 Zentimeter dicke Scheiben schneiden.

Die Stücke mit der geschnittenen Seite nach unten auf das Backblech legen. Den Teig so noch einmal etwa 30 Minuten gehen lassen. Die Kanelbullar (Zimtschnecken) mit verquirltem Ei bepinseln und mit dem Hagelzucker bestreuen. Auf der mittleren Stufe (Ober-/Unterhitze) im vorgeheizten Backofen bei 250 bis 275 Grad etwa 8 bis 10 Minuten backen.

## Schwedenhappen

### Zutaten

12 Herings- oder Matjesfilets  
400 g Zwiebeln  
¼ l Wein, rot und trocken  
¼ l Weißweinessig  
250 g Zucker  
2 Lorbeerblätter  
1 oder 2 Nelken  
1 Teelöffel Senfkörner  
1 Teelöffel Pfeffer (schwarz, ganz)

### Zubereitung

Den Fisch in Stücke schneiden und die Zwiebeln in Ringe. Rotwein, Essig und übrige Zutaten aufkochen lassen. Zwiebeln dazugeben und nochmals kräftig aufkochen. Auskühlen. Zwiebelringe und Fisch lagenweise in eine Schüssel geben und mit dem Sud aufgießen. Die Fische müssen vollständig bedeckt sein. An einem kühlen Ort durchziehen lassen. Man spricht von zwei Tagen, kosten, vielleicht schmeckt es auch schon nach einem Tag.