

## Ungarische Lángos



Herzhafter Snack aus Ungarn

---

Zubereitungszeit: 30 min

Wartezeit:

Backzeit: 30 min

---

### ZUTATEN

#### Für den Teig

- 200 g Kartoffeln
- 20 g frische Hefe
- 150 ml Milch, lauwarm
- 150 ml Wasser, lauwarm
- 1 TL Zucker
- 1 TL Salz
- 500 g Mehl

## Für das Topping

200 g Schmand  
200 g Sauerrahm  
1 Knoblauchzehe  
Salz, Pfeffer  
Frischer Schnittlauch oder Petersilie  
200 g Käse, gerieben (z. B. Gouda)

## Außerdem

5 Knoblauchzehen  
200 ml Wasser  
Pflanzenöl zum Frittieren

## ZUBEREITUNG

1. Zuerst die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen.
2. Währenddessen je 150 ml Wasser und Milch (beides lauwarm) mit dem Zucker in ein Gefäß geben und die Hefe hineinbröseln. Verrühren und ca. 10 Minuten quellen lassen.
3. Ebenso schon mal das Knoblauchwasser für die Tränke zubereiten. Dazu die 5 geschälten Knoblauchzehen vierteln und in 200 ml Wasser legen.
4. Nach dem Kochen die Kartoffeln abgießen und mit einer Kartoffelpresse (oder Gabel) zerdrücken. Abkühlen lassen, bis sie nur noch lauwarm sind.
5. Mehl, Salz und Hefe-Gemisch in eine Schüssel geben und zu einem Teig verkneten. Anschließend die zerdrückten, lauwarmen Kartoffeln unterkneten. Falls der Teig noch sehr klebrig ist, noch etwas Mehl dazugeben. Der Teig sollte sich anschließend gut verarbeiten lassen und nicht an den Händen kleben. Den Teig abgedeckt 60 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.
6. Für das Topping Schmand und Sauerrahm verrühren. Eine Knoblauchzehe schälen und zerdrücken oder sehr fein würfeln. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Beides unterrühren und mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.

Bis zum Gebrauch in den Kühlschrank stellen.

7. Nach der Ruhezeit den Teig in 8 gleichgroße Stücke teilen und jeweils zu etwa handgroßen Fladen formen, die am Rand dicker sein sollten als in der Mitte. Also die Fladen nicht ausrollen, sondern nur mit der Hand formen. Die Fladen ca. 10-15 Minuten ruhen lassen.
8. In der Zeit Pflanzenöl in einer tiefen Pfanne oder einem Topf erhitzen. Die Teigfladen hineingeben und von jeder Seite ca. 4 Minuten frittieren. Dabei darauf achten, dass das Öl nicht zu heiß wird, sonst verbrennen die Lángos!
9. Nach dem Frittieren kurz auf Küchentrepp abtropfen lassen und danach direkt mit dem Knoblauchwasser einstreichen.
10. Lángos noch warm servieren. Dazu ca. 1 Esslöffel der Schmandcreme in der Mitte verteilen und mit geriebenem Käse bestreuen.