

## Rezept

# Brötchenkranz

Ein Rezept von Brötchenkranz, am 11.06.2026

## Zutaten

<b>500 g</b> glutenfreies Mehl, hell	<b>70 g</b> weiche Butter
<b>50 g</b> Zucker	Salz
<b>2</b> Würfel frische Hefe (à 42 g)	<b>1</b> Ei (Größe M)
<b>50 g</b> Sonnenblumenkerne	2-3 EL Kondensmilch (nach Belieben)
je 1 EL Sonnenblumen-, Kürbiskerne, Lein- und Sesamsamen	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 1 KRANZ MIT 10 BRÖTCHEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

## Zubereitung

1. Aus Mehl, Butter, Zucker, 1 TL Salz, zerbröckelter Hefe, Ei und 225 ml lauwarmem Wasser einen Hefeteig herstellen und mindestens 5 Min. mit den Händen kneten.
2. Teig bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. mit Frischhaltefolie oder einem Teller zugedeckt gehen lassen. So bleibt die Teigoberfläche elastisch und trocknet nicht aus.
3. Teig nochmals gut mit den Händen oder den Knethaken des Handrührgerätes durchkneten. Die Sonnenblumenkerne auf ein mit Backpapier belegtes Blech streuen. Aus dem Teig eine Rolle von ca. 6 cm Ø formen, in zehn gleich große Stücke schneiden. Daraus mit feuchten Händen Brötchen formen und diese als Kranz auf die Sonnenblumenkerne setzen, sodass sie sich leicht berühren.
4. Brötchenkranz mit Wasser oder nach Belieben mit Kondensmilch bestreichen. Die Brötchen mit den verschiedenen Kernen und Samen bestreuen und dann ca. 10 Min. kalt stellen.
5. Den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Brötchenkranz im vorgeheizten Backofen (Mitte) 20-25 Min. backen.