

Rezept

Kürbis-Ingwer-Brot

Ein Rezept von Kürbis-Ingwer-Brot, am 09.06.2026

Zutaten

| | |
|---|-----------------------------------|
| 30 g Hefe (ca. 3/4 Würfel) | 1 TL Zucker |
| 4 EL + 300 g Weizenmehl Type 550 | 100 ml warme Milch |
| 200 g Weizenvollkornmehl | ca. 250 ml warmes Wasser |
| 1 TL Salz | 1 EL flüssiger Honig |
| 200 g Hokkaidokürbis (geputzt gewogen) | 75 g frischer Ingwer |
| Mehl zum Bearbeiten | 1 Kastenform (30 cm Länge) |
| Butter für die Form | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot von 800 g | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

Zubereitung

1. Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, mit dem Zucker, 4 EL Mehl und der warmen Milch verrühren. Den Vorteig zugedeckt ca. 3 Std. warm ruhen lassen.
2. Das restliche Mehl mit dem Hefeansatz vermischen. Wasser (bis auf ca. 50 ml), Salz und Honig mischen, dazugeben und alles 3 Min. kräftig verrühren. Evtl. noch Wasser hinzufügen. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ca. 8 Min. kneten, in eine bemehlte Schüssel legen und zugedeckt ca. 2 Std. warm ruhen lassen.
3. Den Kürbis waschen und grob raspeln. Ingwer schälen und fein reiben. Beides unterkneten. Den Teig in die gut gefettete Form füllen und zugedeckt ca. 2 Std. warm ruhen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.
4. Den Backofen auf 210° vorheizen (Umluft nicht geeignet). Die Ofenwände mit Wasser besprühen. Das Brot auf der zweiten Schiene von unten ca. 50 Min. backen.