

Rezept

## Kürbis-Nuss-Guglhupf

Ein Rezept von Kürbis-Nuss-Guglhupf, am 28.06.2026

### Zutaten

<b>1</b> kleine Bio-Orange	<b>125 ml ml</b> Milch
<b>10 g</b> Kürbiskerne	<b>200 g</b> Mehl
<b>¼ Würfel</b> Hefe (12 g)	Salz
<b>40 g</b> Butter	<b>35 g</b> Zucker
<b>100 g</b> Muskatkürbisfleisch	<b>50 g</b> gemahlene Walnusskerne
evtl. weiche Butter Mehl für die Förmchen	<b>100 g</b> weiße Kuvertüre
<b>35 g</b> Kürbiskerne	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 6 Förmchen à 100 ml | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min  
**Pro Portion** Ca. 415 kcal

### Zubereitung

1. Die Förmchen evtl. einfetten und mit Mehl ausstäuben. Die Orange heiß abwaschen und abtrocknen. Die Schale fein abreiben (es soll etwa 1 TL ergeben). Die Milch erwärmen. Die Kürbiskerne mit einem Messer klein hacken.
2. Das Mehl in eine Schüssel sieben und eine Mulde hineindrücken. Die zerbröckelte Hefe und 2 EL Milch in die Mulde geben und mit etwas Mehl vom Rand glatt rühren. Den Vorteig mit einem sauberen Küchentuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 20 Min. gehen lassen. Anschließend mit der restlichen Milch, Salz, Zucker, Orangenschale und Butter zu einem glatten Teig kneten. Diesen wieder abgedeckt 50 Min. gehen lassen.
3. Den Kürbis auf der Gemüsereibe fein raspeln. Mit den Walnüssen und Kürbiskernen unter den Teig kneten. Den Teig in sechs Stücke teilen, jedes zu einer Rolle von ca. 15 cm Länge formen und in die Förmchen legen. Den Teig in den Förmchen abgedeckt nochmals 20 Min. gehen lassen. Inzwischen den Backofen auf 200° vorheizen.
4. Die Küchlein im Backofen (Mitte) ca. 20 Min. backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen, dann aus den Förmchen lösen und auf einem Kuchengitter ganz abkühlen lassen.
5. Für die Deko die Kuvertüre hacken, in einen kleinen Gefrierbeutel füllen, diesen gut verschließen und die Kuvertüre in heißem Wasser schmelzen. Den Beutel gut abtrocknen, eine winzige Spitze abschneiden und die Schokolade in feinen Streifen über die Guglhupfe ziehen. Mit den Kürbiskernen bestreuen.