

## Rezept

# Kürbis-Softies

Ein Rezept von Kürbis-Softies, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>200 g</b> Hokkaido-Kürbis (geputzt gewogen)	<b>150 g</b> Milch
<b>400 g</b> Weizenmehl (Type 550)	<b>15 g</b> frische Hefe
<b>50 g</b> brauner Zucker	<b>60 g</b> zimmerwarme Butter
<b>2 g</b> Salz	<b>½ TL</b> Zimtpulver
<b>2 Prisen</b> frisch geriebene Muskatnuss	<b>1 TL</b> abgeriebene Bio-Zitronenschale

### Außerdem

Auflaufform (ca. 18 x 24 cm)	Mehl zum Arbeiten
<b>1</b> Eigelb zum Bestreichen	<b>2 EL</b> Milch zum Bestreichen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal, 8 g F, 8 g EW, 49 g KH

## Zubereitung

1. Backofen auf 150° vorheizen. Kürbis in ca. 2 x 2 cm große Würfel schneiden, in eine hitzefeste Form geben und im Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen. Danach in einen hohen Rührbecher geben und fein pürieren. Lauwarm abkühlen lassen.
2. Milch lauwarm erwärmen. Das Mehl in eine Schüssel geben, die Hefe mittig in eine Mulde bröckeln und mit lauwarmer Milch, 1 TL Zucker und etwas Mehl vom Rand verrühren. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 15 Min. gehen lassen. Danach Kürbis, übrigen Zucker, Butter in Flöckchen, Salz, Gewürze und Zitronenschale zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Min. gehen lassen.
3. Die Auflaufform mit Backpapier auslegen. Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche stürzen, in acht gleich große Stücke teilen. Diese in der hohlen Hand und mit etwas Druck auf der Arbeitsfläche kreisen lassen, bis die Oberfläche schön glatt und gewölbt ist. Die Teiglinge in die Form setzen, abdecken und weitere ca. 30 Min. gehen lassen, bis der Teig deutlich aufgegangen ist. Inzwischen den Backofen auf 180° vorheizen.
4. Eigelb und Milch gründlich verquirlen und die Teiglinge damit bestreichen. Form in den Ofen schieben (untere Mitte) und die Brötchen in 20-25 Min. goldbraun backen, dabei zwischendurch mit Backpapier abdecken. Am Ende der Backzeit aus dem Ofen nehmen und 15 Min. in der Form abkühlen lassen. Erst dann aus der Form lösen und auf ein Kuchengitter geben.