

Rezept

Kürbisbrot mit Orange und Buchweizen

Ein Rezept von Kürbisbrot mit Orange und Buchweizen, am 28.06.2026

Zutaten

FÜR DAS KÜRBISPÜREE:

200 g Butternusskürbis (Fruchtfleisch)	1 Schalotte
50 g Butter	Salz

FÜR DEN TEIG:

175 g Buchweizenmehl	100 ml lauwarmer Orangensaft
½ Würfel Hefe (ca. 21 g)	2 TL Zucker (ca. 10 g)
1 TL Korianderkörner	40 g Kürbiskerne
75 g Maismehl	2 TL gemahlene Flohsamenschalen (ca. 8 g)
3 Eier (M)	Salz
30 ml Olivenöl	abgeriebene Schale von ¼ Bio-Orange

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Kastenform (ca. 25 cm) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Für das Kürbispüree Kürbis fein raspeln. Schalotte schälen und fein würfeln. Kürbis und Schalotte in einer Pfanne in der Butter ca. 10 Min. dünsten. Dann im Mixer fein pürieren, mit knapp ½ TL Salz (ca. 2 g) würzen und abkühlen lassen.
2. Für den Vorteig 20 g Buchweizenmehl mit dem lauwarmen Orangensaft, der Hefe und dem Zucker in einer Schüssel verrühren und an einem warmen Ort zugedeckt ca. 30 Min. gehen lassen.
3. Inzwischen die Form mit Backpapier auslegen. Die Korianderkörner im Mörser grob zerstoßen. Die Kürbiskerne in einer Nussmühle oder im Blitzhacker fein mahlen (siehe Rezept-Tipp). Das übrige Buchweizenmehl und das Maismehl mit den Flohsamen mischen. Den Vorteig, die Eier, 1 ½ TL Salz (ca. 8 g), das Öl und die Orangenschale dazugeben und alles zu einem feuchten, fast flüssigen Teig verrühren.
4. Den Teig in die Kastenform füllen und zugedeckt ca. 30 Min. gehen lassen. Inzwischen den Backofen auf 175° (Umluft) vorheizen. Das Brot im Ofen ca. 30 Min. vorbacken. Dann die Backofentemperatur auf 190° (Umluft) erhöhen und das Brot in ca. 10 Min. fertig backen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Zum Servieren aus der Form lösen.