Rezept

Kürbisbrötchen

Ein Rezept von Kürbisbrötchen, am 25.05.2025

Zutaten

150 ml	Milch
2 ½ EL	Zucker
	Salz
70 g	Butter
½ TL	Zimtpulver
½ Würfel	Hefe (ca. 21 g)
600 g	Mehl
250 g	Kürbispüree (Bioladen oder selbst gemacht)
¼ TL	gemahlene Kurkuma
12	Kürbiskerne

Außerdem

Küchengarn

Mehl für die Arbeitsfläche

Rezeptinfos

Portionsgröße 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal, 11 g F, 7 g EW, 40 g KH

Zubereitung

1. Die Milch lauwarm erhitzen. Hefe und 1 TL Zucker unterrühren, an einem warmen Ort ca. 15 Min. zugedeckt gehen lassen. Inzwischen Mehl, ½ TL Salz und den übrigen Zucker mischen. Kürbispüree erwärmen und die Butter darin schmelzen. Kurkuma und Zimt unterrühren, lauwarm abkühlen lassen.

2. Kürbispüree und Hefeansatz zur Mehlmischung geben. Mit den Knethaken des Handrührgeräts auf kleiner Stufe ca. 6 Min. kneten, bis sich die Zutaten verbunden haben. Weitere 6 Min. auf höchster Stufe zu einem weich-samtigen Teig kneten.

3. Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt ca. 1 Std. gehen lassen. Inzwischen ein Blech mit Backpapier auslegen und 12 Küchengarnstücke à ca. 70 cm Länge zurechtschneiden.

4. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und zu zwölf gleich großen Kugeln formen. Eine Kugel mittig auf ein Stück Küchengarn legen. Mit beiden Schnurenden über der Kugel ein Kreuz bilden und das Teigstück umdrehen (wie beim Verschnüren eines Päckchens). Den Teig mithilfe des Garns in acht etwa gleich große Segmente unterteilen, dabei nicht zu fest schnüren. Zuletzt das Garn oben mittig verknoten. Auf die gleiche Weise 12 »Teigkürbisse« formen. Die Teiglinge auf das Backbelch setzen und ca. 15 Min. an einem warmen Ort gehen lassen.

5. Inzwischen den Backofen auf 200° vorheizen. Jeweils 1 Kürbiskern in die Mitte der Teiglinge stecken. Die Brötchen im heißen Ofen (Mitte) in ca. 15 Min. goldgelb backen. Abkühlen lassen und das Garn entfernen.