Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Kürbiskern-Knusper-Brot

Ein Rezept von Kürbiskern-Knusper-Brot, am 22.05.2025

Zutaten

10 g	frische Hefe
1/2 TL	Salz
	Backpapier für das Backblech
ca. 4-5 EL	Kürbiskernöl zum Bestreichen
250 g	Mehl (Type 550)
100 g	Kürbiskerne
	Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR CA. 20 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

Zubereitung

1. Für den Teig die Hefe in 125 ml lauwarmes Wasser bröckeln und glatt rühren. Mit Mehl und Salz mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen.

2. Den Backofen auf 225° (Umluft 180°) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Kürbiskerne fein hacken. Den Teig in 20 Stücke teilen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit einem Nudelholz jeweils zu länglichen, möglichst dünnen Fladen ausrollen.

3. Die Fladen nebeneinander auf das Backblech legen, mit Kürbiskernöl bestreichen und dicht mit den Kürbiskernen bestreuen. Die Fladen im Backofen (Mitte) in 6-8 Min. goldbraun und knusprig backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.