

Rezept

Süßkartoffelschnecken

Ein Rezept von Süßkartoffelschnecken, am 28.06.2026

Zutaten

300 g Süßkartoffeln	500 g Mehl
½ Würfel Hefe (21 g)	3 EL neutrales Öl
80 g Butter (ersatzweise vegane Pflanzenmargarine)	2 TL Ceylonzimt

Außerdem

große Rührschüssel	Handrührgerät
Kleine, ofenfeste Schale	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 20 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 140 kcal, 5 g F, 3 g EW, 21 g KH

Zubereitung

Teig vorbereiten

1. 300 g Süßkartoffeln schälen und in 1 cm große Würfel schneiden.

2. Mit 70 ml Wasser in einen Topf geben und zugedeckt einmal aufkochen.

3. Dann ca. 18 Min. bei kleiner Hitze weich garen, dann 20 ml Wasser dazugeben und alles pürieren.

4. 500 g Mehl in eine große Schüssel geben. Den halben Würfel Hefe in kleinen Stücken, 3 EL Öl sowie die handwarme Süßkartoffelmasse dazugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgerätes in ca. 5 Min. zu einem glatten Teig kneten.

5. Anschließend die Schüssel abdecken und den Teig an einem warmen Ort in ca. 1 Std. auf die doppelte Größe aufgehen lassen.

Süßkartoffelschnecken zubereiten & backen

6. Den Backofen auf 180° vorheizen.

7. 80 g Butter in einer ofenfesten Schale direkt mit in den Ofen stellen und etwas weich werden lassen, jedoch sollte sie nicht komplett flüssig werden.

8. Den Teig auf einer gut bemehlten Arbeitsplatte auf eine Fläche von ca. 50 × 35 cm ausrollen.

9. Den Teig mit der Butter bepinseln und mit 2 TL Zimt bestreuen.

10. Dann den Teig von der langen Seite her aufrollen und in ca. 3 cm dicke Rollen schneiden.

11. Diese relativ dicht auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und im heißen Ofen (Mitte) 25-30 Min. backen.

- Anrichten & Aufbewahren**
12. Die Süßkartoffelschnecken schmecken frisch aus dem Ofen am besten. Sie können aber auch gut tiefgekühlt und wieder aufgetaut werden - dann kurz über dem Toaster aufbacken.