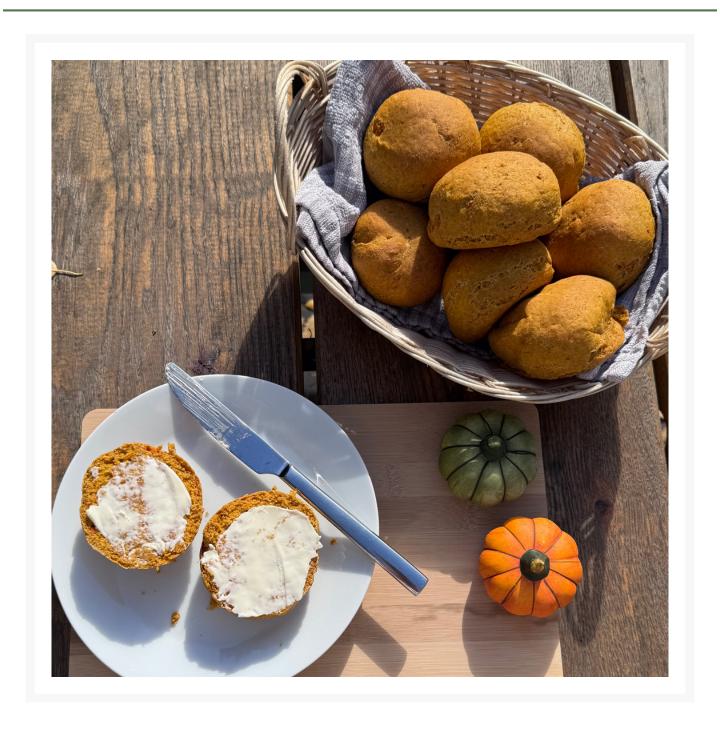


Rezept Kürbisbrötchen

Produktfotos



Kurzbeschreibung

- Einfach & gelingsicher
- Natürlich & ballaststoffreich
- Vegan & natürlich süß

Beschreibung

Goldgelb, aromatisch und voller Nährstoffe – unsere Kürbisbrötchen bringen herbstlichen Genuss auf den Teller! Dank Flohsamenschalen, Apfelpektin und Apfelsüße, werden sie besonders saftig und ballaststoffreich. Perfekt für Frühstück, Snack oder herzhaften Genuss zwischendurch – natürlich vegan und ohne raffinierten Zucker.

Zutatenliste

Zubereitung

400 g	Dinkelmehl Type 630 (Eigenbeschaffung)	
250 g	Kürbis, Hokkaido-Kürbis (gegart & püriert) (Eigenbeschaffung)	
2,66 EL oder 53,6 g oder 8 TL	Apfelsüße, ca.2EL	
4 g oder 4 Prise oder 2 TL	Salz, 2TL (Eigenbeschaffung)	
1 Btl.	Trockenhefe (Eigenbeschaffung)	
2 g	BIO Flohsamenschalen, 99 % Reinheit, 2 EL	
4 g	Apfelpekt, 1TL	
150 ml	stilles Wasser, lauwarm (Eigenbeschaffung)	
30 ml	Steirisches Kürbiskernöl , ca.2EL	

Zubereitung

- 1. Kürbis vorbereiten: Hokkaido klein schneiden, weich dämpfen/backen und pürieren.
- 2. Hefe aktivieren: In 100 ml lauwarmem Wasser mit Apfelsüße verrühren und 10 Min. stehen lassen.
- 3. Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel vermengen.
- 4. Kürbispüree, Hefeansatz, Öl zugeben und verkneten. Nach Bedarf mehr Wasser hinzufügen, der Teig

- sollte weich, aber formbar sein.
- 5. Abgedeckt 1 Stunde gehen lassen.
- 6. Teig in 6 Stücke teilen, Brötchen formen.
- 7. 180°C (Ober-/Unterhitze) ca. 20–25 Min. backen.

Mehr Informationen

Artikelnummer	002100599
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	01:30
Variante	6 Stck.
Signal Wort	Nein
Portionen	6
Package Amount	0.000000

Preise

Zubereitung

stilles Wasser	CHF 0.00
Trockenhefe	CHF 0.00
Salz, 1 g	CHF 0.00
Kürbis	CHF 0.00
Dinkelmehl Type 630	CHF 0.00
	Trockenhefe Salz, 1 g Kürbis

