



Zutaten

Vorteig

100g Zopfmehl
100g Milch
1g Frischhefe

Hauptteig

Poolish
200g Milch
400g Zopfmehl
10g Hefe
10g Salz
60g Butter

Eierstreiche

1 Ei
10-15g Milch

Der Zopf gehört zum Schweizer Sonntags-Frühstück wie das Amen in der Kirche. Das Variantenreichtum bei den Zutaten und der Herstellung ist enorm gross. Ob mit viel oder wenig Butter oder Zucker, ob eher rustikal: er lässt jedes kleine und grosse Geniesserherz schneller schlagen. So wird sicher auch in meinem Blog noch das eine oder andere Zopf-Rezept auftauchen. Ich starte mit einem Zopf, der ganz ohne Zucker auskommt. Als Highlight erhält er ein Topping mit schwarzem Sesam: eine Geschmacksbombe! Damit du den Zopf am Morgen ofenfrisch geniessen kannst, hier ein Rezept mit Übernachtgare.

Zubereitung

Bei dieser Rezeptvariante ruht der Vorteig nur ein paar Stunden. So kannst du ihn zum Beispiel am Samstag Nachmittag ansetzen. Gegen Abend stellst du dann den Zopf fix und fertig her, inklusive Anstrich und Topping.

Poolish/Vorteig

100g Zopfmehl, 100g Milch und 1g Hefe in der Knetschüssel – die kannst du dann morgen gleich für den Hauptteig brauchen – oder alternativ in einer kleinen Schüssel mit einem Löffel gut vermischen, abdecken und während 3-6 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig

Den Poolish und alle Zutaten ausser die Butter und das Salz 5 Minuten bei niedrigster Stufe 5 Minuten mischen. Weitere 5 Minuten auf zweiter Stufe kneten lassen. Die weiche Butter Stückchen für Stückchen dazugeben und einarbeiten lassen. Dann das Salz zufügen und den Teig nochmals 5-10 Minuten schonend kneten, bis ein dehnbarer, elastischer Teig entstanden ist.

Abgedeckt während 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

Formen/Fertigstellen

Mit der weichen Teigkarte den Teig auf die Arbeitsfläche geben (nur leicht bemehlen, wenn der Teig sehr klebrig ist) und mit der starren Teigkarte den Teig in zwei oder drei gleich grosse Portionen teilen, je nachdem, wie du zöpfeln möchtest. Ich wäge die Teigstücke immer ab, so ist der Zopf möglichst gleichmässig. Die Teigstücke zu Kugeln

formen und nochmals 15 Minuten entspannen lassen, vor allem wenn der Teig reisst. Dann die Kugeln vorsichtig, ohne zu viel Druck auszuüben, zu Strängen formen und den Zopf fertigstellen.

Jetzt den Zopf zweimal mit der Ei-Milch-Mischung anstreichen. Dazu das *ganze Ei* durch ein Sieb streichen und 10-15g Milch dazu geben (mehr Infos im Blog). Nach dem ersten Anstrich 10 Minuten warten. Sofort nach dem zweiten Anstrich mit schwarzem oder gelbem Sesam bestreuen und den Zopf luftdicht abgedeckt bis zum nächsten Morgen im Kühlschrank deponieren. Hier hat er die nötige Ruhe, um sich zu einem Prachtskerl zu entwickeln.

Backen

Da jeder Mensch – vor allem am Wochenende – am Morgen möglichst lange schlafen möchte, hier meine Best Practice-Strategie: ich programmiere den Ofen so, dass er sich ganz von selbst aufheizt. Und das ist für gutes Brot immer sehr wichtig! Ich muss also nur zur geplanten Zeit kurz aufstehen, um den fixfertigen Zopf aus dem Kühlschrank zu nehmen und in den Ofen zu schieben. Timer auf 40 Minuten stellen, wieder ab in die Federn und mich vom Ofen-Alarm und himmlischem Zopf-Geruch definitiv wecken lassen.

Und das alles ohne Dampf bei durchgehend 200°.

Zeitplan

	<i>Vorarbeiten</i>	<i>Arbeiten am Backtag</i>
	ca. 2 Stunden	ca. 10 Minuten
	15-18 Stunden	ca. 40 Minuten

Kommt dir ein Begriff Chinesisch vor? Alle Fachbegriffe kannst du auf www.besondersgut.ch nachschlagen. Ebenso findest du dort viele Bilder und Videos, die dir das Brot backen noch leichter machen.