



Veganer Kürbis-Zopf

Ein Rezept von Katharina Arrigoni
www.besondersgut.ch

Für den Vorteig

100g Wasser
100g Zopfmehl
1g Frischhefe

Für das Kürbis-Purée

Einen kleinen, leuchtenden Bio-Kürbis entkernen und inklusive Schale in Würfel schneiden. Dämpfen, etwas abkühlen lassen und pürieren. Vollständig abkühlen lassen.

*Das restliche Kürbis-Purée kannst du für Aufstriche, Saucen, etc. verwenden.

Für den Teig

Vorteig, kalt
80g Rapsöl, raffiniert
40g Wasser (+10-20g Wasser)
90g Kürbis-Purée*
8g Frischhefe
15g Zucker
400g Zopfmehl
10g Salz

Zum Bestreichen/ Bestreuen

Ahornsirup
Feines Salz und Hagelzucker

Vorteig/Kürbis-Purée

Am Vortag: Das Wasser in eine Schüssel geben und die Hefe einrühren. Das Mehl zugeben, mischen und bedecken. Zwei Stunden bei 21–23 °C anspringen lassen, damit die Hefe in Fahrt kommt. Dann bis am nächsten Tag im Kühlschrank reifen lassen. Der Vorteig sollte sich mindestens verdoppeln.

Das Kürbis-Purée im Idealfall ebenfalls am Vortag zubereiten und bis zur Verwendung im Kühlschrank aufbewahren.

Teigzubereitung/erste Teigruhe

Am nächsten Tag: Alle Zutaten in angegebener Reihenfolge in die Teigschüssel geben und 7–8 Minuten auf niedriger Stufe kneten. Der Teig ist etwas klebrig, sogar leicht gummig. Alles gut! Nochmals 5 Minuten schonend weiter kneten und nach Bedarf weitere 10–20g Wasser zum Teig geben. Der Teig ist schlussendlich weich und geschmeidig.

Du kannst den Teig auch von Hand bis zur angegebenen Konsistenz kneten, das kann ein paar Minuten länger dauern.

Ideale Teigtemperatur nach dem Kneten: 23–25 °C

Luftdicht bedeckt bei 21–23 °C 1 Stunde gehen lassen.

Formen/zweite Teigruhe

Den Teig mithilfe der Teigkarte auf die unbemehlte Arbeitsfläche geben. Je nach gewünschter Flechtart die benötigten Teigstücke mit dem Teigabstecher abtrennen und präzise abwägen. Die Teigstücke zuerst zu Kugeln einschlagen und dann zu Teigtaschen vorformen. 10 Minuten mit einem Küchentuch bedeckt entspannen lassen und anschliessend mit so wenig Mehl wie möglich zu den benötigten Strängen langrollen. Die fertigen Stränge leicht bemehlen, den Zopf flechten und auf ein Backpapier legen. Bedeckt nochmals 30–45 Minuten gehen lassen.

Bestreichen/Backen/Topping

Den Zopf kurz vor dem Backen mit Ahornsirup bestreichen und im sehr gut vorgeheizten Ofen bei 190 °C ohne Dampf 35–45 Minuten backen. Noch warm nochmals mit Ahornsirup bestreichen, mit wenig feinem Speisesalz und einer grossen Ladung Hagelzucker "bekleben" - eine verheissungsvolle Kombination, ich schwörs!

Tipp: Falls du mit diesem Rezept zwei Zöpfe backst, verkürzt sich die Backzeit um ca. 10 Minuten.