

# **Fluffige Kürbisbrötchen**

## **Super fluffige Kürbisbrötchen mit Hokkaido Kürbis**

Passend zur Jahreszeit, gibt es heute ein leckeres Rezept für fluffige Kürbisbrötchen. Mit Kürbis kann man ja so einige anstellen und diesmal sind es Brötchen geworden. Alleine die Farbe, die der Kürbis den Brötchen verleiht, ist schon der Knaller. Das Orange steht den Brötchen wirklich gut und lässt sie super appetitlich aussehen.

Ansonsten sind die Brötchen schön weich und fluffig. Erinnert von der Konsistenz ein wenig an Milchbrötchen, sind aber nicht süß. Wer süße weiche Kürbisbrötchen möchte, sollte unbedingt weniger Salz und mehr Honig, bzw. Zucker an den Teig geben.

## **Softe Kürbisbrötchen passend zur herbstlichen Jahreszeit**

Für die Brötchen wird der Kürbis gründlich gewaschen und kleingeschnitten (die Schale kann dran bleiben). Den Kürbis anschließend über kochendem Wasser dämpfen, oder im Backofen garen. Den gegarten Kürbis dann fein pürieren und leicht abkühlen lassen. Nun geht es an den Hefeteig. Für den Teig die Hefe zerbröseln und zusammen mit dem Wasser und dem Honig in eine Schüssel geben. Gut verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat.

Mehl, Kürbispüree und das Salz dazu geben und grob zu einem Teig vermengen. Dann 30 g Öl dazu geben und alles für gute 10 Minuten zu einem geschmeidigen und weichen Teig verkneten. Nun das Öl in eine Schüssel geben, den Teig darin wenden und

abgedeckt für 3 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen. Dabei nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

Den Teig auf die Arbeitsfläche geben und in 10 gleichgroße Portionen teilen. Der Teig ist sehr weich. Wenn er zu sehr an den Händen oder der Arbeitsfläche klebt, einfach etwas von dem restlichen Öl nehmen und Hände, sowie Arbeitsfläche leicht einfetten. Die Teigstücke nun zu gleichmäßigen Bällchen schleifen und direkt auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Abgedeckt für weitere 30 Minuten gehen lassen.

Währenddessen den Backofen auf 220°C Umluft oder 240°C Ober- & Unterhitze vorheizen. Die Kürbisbrötchen nach der Ruhezeit in den vorgeheizten Backofen geben, etwa 30 ml kaltes Wasser auf den heißen Backofenboden gießen und die Tür zügig schließen. Für etwa 12-15 Minuten goldbraun backen. Nach dem Backen die heißen Brötchen direkt mit ein wenig kaltem Wasser besprühen und vollständig auskühlen lassen.

**Hier findet ihr weitere Rezept-Ideen für Brot & Brötchen zum ausprobieren & nachmachen**



**Dinkel-Joghurt-Brot**



**Protein Pfannenbrot mit Käse**



**Einfaches Weizen-Sauerteigbrot**



## **Einfaches Dinkel-Sauerteigbrot**



## **Weizen-Sauerteigbrot ohne Hefe**



## **Luftige Weizenbrötchen**



## **Dinkel-Zwiebel-Baguette**



## Laugenkonfekt

---



*Neuerscheinung*

### Kalorienarme Rezepte

Kalorien zählen leicht gemacht  
110 Rezepte unter 500 Kalorien  
für ein kalorienarmes Frühstück

**Ab sofort als eBook  
& Taschenbuch erhältlich!**

[mehr Infos zum Buch](#)