

Kürbis-Käse-Schleifen

Dieser Beitrag enthält Werbung für Tanjas Backliebe und FoodOase.

Formschöne Brötchen mit köstlichem Aroma! Kürbiskerne und Käse bringen eine überaus aromatische Note hervor und die Krume ist unnachahmliche soft und luftig zugleich. Die Herstellung ist zudem unkompliziert und im Nu stehen die einzigartigen Backwaren zum Verzehr bereit!

glutenfrei, weizenfrei, maisfrei, sojafrei, eifrei, laktosefrei, milchfrei und fruktosearm siehe Tipp am Rezeptende



Für 6 Stück

Für den Teig:

250g glutenfreie Backmischung für Brötchen & Brezen

1,5 TL (6g) Salz

1 TL (4g) Zucker

200ml lauwarmes Wasser (28 – 30 Grad)

$\frac{1}{2}$ Würfel (20g) Frischhefe oder 1 P. (7g) Trockenhefe

1 EL (10g) Speiseöl

1 TL (5g) glutenfreien Essig

Außerdem:

50g Käse, z.B. Emmentaler oder Gouda (ggf. laktosefrei), gerieben

25g Kürbiskerne, gehackt

1. Für den Teig Mehl, Salz und Zucker in eine Rührschüssel geben.
2. Frisch- oder Trockenhefe im lauwarmen Wasser auflösen.
3. Hefewasser, Essig und Öl zum Mehl geben und 5 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Der Teig sollte weich, aber dennoch gut knetbar sein. Bei Bedarf noch 10ml Wasser hinzufügen. Durch die weiche Teigtextur gehen die Brötchen besonders schön auf.
4. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem Rechteck mit etwa 35 x 15 cm ausrollen.
5. Den Teig mit Wasser bepinseln und mit Käse und Kürbiskernen bestreuen. Nun mit dem Pizzaschneider 6 gleichmäßige Streifen schneiden. Jeden Teigstreifen einmal verdrehen, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und bei Bedarf etwas nachformen. Das Backblech mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und die Teiglinge ruhen lassen bis der Backofen aufgeheizt ist.
6. Den Backofen auf 260 Grad Ober- u. Unterhitze ODER **240 Grad Umluft** aufheizen. Hinweis: Die Kürbis-Käse-Schleifen werden schöner, wenn sie bei Umluft gebacken werden! Ein Backblech auf den Backofenboden stellen.
7. Die Teiglinge in den vorgeheizten Backofen einschieben und sogleich etwa 75ml Wasser in das Backblech auf den Backofenboden gießen. Achtung! Backofentüre SOFORT schließen, es entwickelt sich rasch ein Dampfstoß! **Teiglinge 10 Minuten backen**. Anschließend die Temperatur auf 200 Grad (Ober- und Unterhitze) ODER **180 Grad (Umluft)** reduzieren und weitere **22 – 25 Minuten backen**, bis die Schleifen schön gebräunt sind. Tipp: Öfen backen unterschiedlich! Damit die Schleifen gut gelingen und eine schöne Kruste bekommen, kann die Backzeit im Zweifelsfall auch um 2 – 3 Minuten verlängert werden. Werden die Schleifen während der Backzeit zu dunkel, mit Backpapier abdecken.
8. Kürbis-Käse-Schleifen aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und genießen!

Milchfrei – Tipp: Käse durch eine vegane Käsealternative

tauschen. Im gut sortierten Bioladen oder Reformhaus sind Ersatzprodukte zu finden.

Fruktosearm – Tipp: Zucker durch Reissirup ersetzen. Essig durch verdünnte Essig-Essenz tauschen. Bei Kürbiskernen besteht eine individuelle Verträglichkeit. Bei Bedarf die Menge an Kürbiskernen reduzieren.

Bild 1: Den belegten Teig in Streifen schneiden



Bild 2: Die geformten Teiglinge auf ein Backblech legen



Weitere Bilder: Fertige Kürbis-Käse-Schleifen





rezepte-glutenfrei.de

