

Puddingbrezen aus Hefeteig

Süße Hefeteigbrezen mit feiner Puddingfüllung!

Schnell und einfach gelingen Puddingbrezen aus Quark-Öl-Teig!

[HIER](#) gehts zum Rezept ☐

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei



Für 6 Stück

Für den Hefeteig:

250g glutenfreies Mehl (ich verwende Mix B von Schär)

1 gestrichene TL Xanthan

1/2 Würfel Frischhefe ODER 1 P. Trockenhefe

40g Zucker

125ml lauwarme Milch (ggf. laktosefrei)

40g flüssige Butter oder Margarine (ggf. laktosefrei)

1 Ei

1 Prise Salz

Für die Puddingfüllung:

1/2 P. Vanille-Puddingpulver

20g Zucker

200ml Milch (ggf. laktosefrei)

25ml Sahne (ggf. laktosefrei)

1 Eigelb

Belag:

Zuckerguss aus Puderzucker und Zitronensaft oder Aprikosenkonfitüre leicht erwärmt zum Bestreichen.

Puderzucker zum Bestreuen

1. Die Hefe, egal ob Frisch- oder Trockenhefe, in der lauwarmen Milch auflösen. Alle Zutaten für den Teig, auch die Hefemilch in eine Schüssel geben und verrühren. Der Teig soll weich, aber knetbar sein! Nach Bedarf mit Milch regulieren.
2. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsplatte geben, mit den Händen kneten und in sechs gleich große Stück teilen.
3. Die Hefeteigstücke rollen und zu Brezeln formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech, mit etwas Abstand legen. An einem warmen Ort etwa 45 Minuten ruhen lassen.
4. Die Puddingfüllung herstellen. 100ml Milch, Vanillepuddingpulver und Eigelb verrühren. Restliche Milch, Sahne und Zucker zum Kochen bringen und das Puddingpulvergemisch zügig einrühren. Einmal aufkochen lassen.
5. Den Pudding in die Brezeln gießen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 20 – 25 Minuten backen. Auskühlen lassen.
6. Nach Geschmack mit Zuckerguss, Puderzucker oder Aprikosenkonfitüre bestreichen.

