

Osterkranz

Dieses klassische Gebäck, dieses Mal mit Dinkel- und Mandelmehl und natürlich ohne Industriezucker, schmeckt frisch und angenehm süßlich. Perfekt für jeden Anlass: als Osterkranz, Muttertags-Herz oder beliebter Hefezopf.

Die Mehlsorten können nach Belieben variieren. Je mehr Vollkorn- und Mandelmehl verwendet werden, desto gesünder wird das Gebäck, allerdings verliert es an Leichtigkeit, nicht aber an Geschmack.

Mit Haferdrink und laktosefreier Butter kann auch eine Variante ohne Laktose gebacken werden.

Der fertige Hefezopf schmeckt herrlich mit Butter und einer Garnierung aus frischen Beeren. Wer möchte, kann das leckere Dinkelgebäck auch mit Naturjoghurt mit Nüssen und Früchten zur Jause verzehren.

Die Zutaten:

100	g	Vollkorn Dinkelmehl
300	g	Dinkelmehl glatt
100	g	Mandelmehl
7	g	Salz
60	g	Biosüße
1	Stk	Abrieb einer Bio-Zitrone
50	g	weiche Butter
30	g	frische Hefe
280	g	warme Milch oder zuckerfreier Haferdrink
		Mandelblättchen zum Garnieren

Die Zubereitung:

1. Alle trockenen Zutaten gut mischen, dann die übrigen dazugeben. Mit der Küchenmaschine ca. 10 Minuten (zuerst langsam, dann intensiver) kneten. Der Teig soll sich vom Schüsselrand lösen.
2. 25 Minuten zugedeckt rasten lassen.
3. Die Teigstücke je nach Anzahl und Größe teilen (für 3 Zöpfe auf 9 ungefähr gleich große Teile), aus diesen mit der Hand Teigkugeln schleifen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche abgedeckt nochmal ca. 15 – 20 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.
4. Aus den Teigkugeln Strange formen und je 3 zu einem Zopf flechten. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und leicht mit Wasser besprühen. Für weitere 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
5. Befeuchten und mit Mandelblättchen bestreuen.
6. Den Ofen auf 190 Grad Umluft vorheizen, in einem Gefäß kaltes Wasser reinstellen. Die Zöpfe je nach Größe für ca. 16 – 18 Minuten backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

