

Ultimativer Sonntagszopf

Ein luftig-weicher Zopf, wie er am Sonntagmorgen auf den Tisch gehört. Mit etwas Geduld beim Flechten und Backen entsteht ein goldbraunes, aromatisches Brot mit feiner Kruste. Guter Hefeteig braucht vor allem Zeit und eine saubere Teigentwicklung. Lieber etwas länger gehen lassen, als mit zu viel Hefe oder Wärme Geschwindigkeit zu erzwingen. Das Rezept funktioniert als unkompliziertes Frühstück für 4–6 Personen und lässt sich gut vorbereiten. Mit rund 150 Minuten inkl. Gehzeit bleibt es alltagstauglich, ohne dass Geschmack oder Textur auf der Strecke bleiben.

4–6 Portionen | 150 Min. | 12 g Protein | 100% vegan

Zutaten

- 500 g Weizen-Weissmehl (Typ 400)
- 12 g Salz
- 6 g Malzextrakt
- 6 g Zucker
- 25 g Frischhefe
- 280 g Haferdrink (ungesüsst)
- 85 g vegane Butter
- 15 g Soja-Cuisine (für den Glanz)

Zubereitung

- 01 Mehl, Salz, Malzextrakt und Zucker in die Rührschüssel geben, die Hefe hineinbröseln und mit Haferdrink verrühren. Auf niedriger Stufe 5 Minuten kneten, bis ein Teig entsteht.
- 02 Die kalte Butter einarbeiten und weitere 5 Minuten kneten.
- 03 Geschwindigkeit erhöhen und den Teig nochmals 5 Minuten kneten, bis er schön glatt ist.
- 04 Den Teig zugedeckt 45 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 05 Ofen mit Brotbackstein oder umgedrehtem Backblech auf 240 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 06 Teig in vier Stücke teilen, zu langen Strängen rollen, leicht mit Mehl bestäuben und zwei Zöpfe flechten. Auf ein Backpapier legen.
- 07 Mit Soja-Cuisine bestreichen und 30 Minuten unbedeckt ruhen lassen. Danach ein zweites Mal bepinseln.
- 08 Zöpfe mitsamt Backpapier in den heissen Ofen auf den Backstein/das Blech schieben und 5 Minuten anbacken.
- 09 Warmes Wasser in den Ofen sprühen, Temperatur auf 200 °C senken und 10 Minuten weiterbacken.
- 10 Kurz die Ofentür öffnen, damit der Dampf entweicht, und die Zöpfe weitere 20 Minuten fertig backen.
- 11 Auf einem Holzbrett oder Gitter auskühlen lassen.