

Herbstwald Brot mit Kürbis

Zutaten für 2 Portionen

200g	Kürbisfleisch (z.B. Hokkaido) gedünstet und püriert
350g	Backmischung Herbstwald
40g	Kürbiskerne
250ml	Wasser
2 TL	Essig (ca. 12ml)
1 EL	Öl (15g)



Zubereitung

- **Kürbis vorbereiten:** Kürbis in Würfel schneiden, in einem Topf mit etwas Wasser 10–15 Minuten weich dünsten. Wasser abgießen und Kürbis pürieren. Püree vollständig auskühlen lassen.
- **Teig anrühren:** Backmischung Herbstwald in eine Schüssel geben. Kürbispüree, Wasser und Essig zugeben. Mit einem Löffel oder Schneebesen verrühren, bis keine Mehlneister mehr sichtbar sind. 15 Minuten quellen lassen.
- **Teig kneten:** Öl zugeben und unterkneten, bis ein elastischer Teig entsteht.
- **Dehnen & Falten:** Eine flache Wanne mit Öl ausstreichen, Teig hineinlegen. Teig von allen Seiten mehrfach dehnen und falten. 15 Minuten gehen lassen, erneut dehnen und falten. Vorgang zweimal wiederholen (je 15 bzw. 20 Minuten).
- **Formen:** Teig auf bemehlter Arbeitsfläche rund formen und in ein gut bemehltes Gärkörbchen legen. Ca. 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen.
- **Backen:** Backblech im Ofen auf 240 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teigling vorsichtig auf das heiße Backblech stürzen, Oberfläche einschneiden. 10 Minuten bei 240 °C mit Dampf anbacken, dann Ofentür öffnen, Dampf entweichen lassen, Ofentemperatur auf 200 °C reduzieren und weitere 40–45 Minuten fertig backen.