Rezept: Mohn - Vollkornzopf

Brennwerte	856 kJ | 204 kcal
Eiweiß	5,6 g
Kohlenhydrate	20 g
Fett	11 g

Vorbereitung	20 Minuten
Ruhe-, Gar- & Backzeit	1 Stunde 30 Minuten
Gesamtzeit	1 Stunde 50 Minuten



Rezept: Mohn - Vollkornzopf

16 PORTIONEN fortgeschritten

60 g gemischte Kerne/Saaten (z.B. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Leinsamen)
120 ml Malzbier
400 g Weizenvollkornmehl + Mehl für die Arbeitsfläche)
100 g Deli Reform Das Original
1 Würfel frische Hefe
Salz
50 g getrocknete, gehackte Kirschen
50 g gemahlener Mohn
1 TL Stärke
120 ml Milch

1 TEIG ZUBEREITEN

Kerne und Saaten grob hacken, mit Malzbier verrühren und ca. 30 Minuten quellen lassen. Mehl mit Deli Reform das Original, Hefe, 1 Prise Salz, 100 ml Wasser und Körner-Malzbier-Mischung zu einem glatten Teig verkneten und abgedeckt ca. 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

2 MOHN-KIRSCH-CREME ZUBEREITEN

Getrocknete, gehackte Kirschen, gemahlenen Mohn und 1 TL Stärke unter Rühren mit 120 ml Milch aufkochen und abkühlen lassen. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rechteckig (ca. 60 x 25 cm) ausrollen und mit Mohn-Kirsch-Creme bestreichen. Teig von der langen Seite her aufrollen und Teigrolle längs halbieren.

3 VOLLKORNZOPF BACKEN

Teigrollenhälften mit der Füllung nach oben mehrmals umeinander wickeln (wie eine Kordel) und auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech abgedeckt weiter ca. 30 Minuten gehen lassen. Vollkornzopf im vorgeheizten Backofen bei 160 °C (Umluft: 140 °C) ca. 25-30 Minuten backen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen – toll für Meal Prep oder ein leckeres vegetarisches Frühstück.

Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
https://www.deli-reform.de/rezepte