REZEPT FÜR KARDAMOM-ORANGEN-KNOTEN

KARDAMOM-ORANGEN-KNOTEN

Schwierigkeitsgrad: normal

Für 12 Stück | 70 Min. | + Geh- und Abkühlzeiten

Zutaten

Für den Teig:

- 200 ml Milch
- 15 g frische Hefe
- 40 g SweetFamily Brauner Bio-Zucker
- 1 Kardamomkapsel
- 500 g Mehl
- 1 Prise Salz
- 75 g weiche Butter
- 1 Ei (Größe M)
- Mehl zum Bearbeiten

Außerdem:

- 4-5 Kardamomkapseln
- 100 g SweetFamily Brauner Bio-Zucker
- abgeriebene Schale von 1 Bio-Orange
- 125 g weiche Butter

381

ZUBEREITUNG

346	6	43	15
Kcal	Gramm	Gramm	Gramm
Pro Stück ca.	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

1. Für den Teig Milch lauwarm erwärmen. Hefe zerbröckeln und mit 1 EL Braunem Bio-Zucker darin auflösen. Zugedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen. Kardamomsamen aus der Kapsel lösen und im Mörser fein mahlen. Mit Mehl, übrigem Braunen Bio-Zucker, Salz, Butter, Ei und Hefemilch glatt verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort 1 ½-2 Stunden gehen lassen.

2. Für die Kardamombutter Kardamom aus den Kaspeln lösen und im Mörser fein mahlen. Mit 50 g Braunem Bio-Zucker, Orangenschale und weicher Butter verrühren.

3. Teig auf etwas Mehl zu einem Quadrat (ca. 50 x 50 cm) ausrollen. Eine Hälfte mit der Kardamombutter bestreichen. Zweite Teighälfte überklappen, leicht andrücken und in 12 Streifen (à ca. 4 x 25 cm) schneiden. Jeden Streifen längs mittig ein-, aber an einer Schmalseite nicht ganz durchschneiden. Beide Hälften miteinander verschlingen, dann den Strang zu einem Knoten aufrollen. Auf zwei mit Backpapier belegte Bleche setzen und nochmals ca. 15 Minuten zugedeckt gehen lassen.

4. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze (160 °C Umluft) vorheizen. Knoten mit übrigen 50 g Braunem Bio-Zucker bestreuen und blechweise im heißen Ofen 18-20 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Tipp:

Je nachdem wie die Knoten gewickelt sind, kann die leckere Kardamombutter beim Backen etwas auslaufen. Dann einfach die Knoten damit direkt nach dem Herausnehmen nochmal einpinseln.

REZEPT FÜR KARDAMOM-ORANGEN-KNOTEN