



liaundliam.ch
 facebook.com/liandliam
 pinterest.com/liandliam
 twitter.com/liandliam



Schweizer Zopf Rezept - Das ist der Sonntagszopf, den ihr sucht

Zubereitung	Kochen	Schwierigkeitsgrad	Menge
2.5 Stunden	30 Minuten	Mittel	2 Zöpfe

Zutaten und Zubereitung

Menge	Bezeichnung
1 kg	Zopfmehl
1 EL	Salz
1 Stück	Hefewürfel
100 g	Butter
5 dl	Milch
3 EL	Zucker
3 Stück	Eier

1. Die Hefewürfel in 2 EL Zucker zergehen lassen. Gleichzeitig die Butter in einer kleinen Pfanne. Bei niedriger Hitze, etwas weich werden lassen (sie sollte nicht ganz schmelzen, nur weich sein).
2. Die Milch zusammen mit 1 EL Zucker erwärmen bis sie lauwarm ist. Zwei Eigelbe in die lauwarme Milch geben und gut rühren. Die Hefewürfel zusammen mit dem Zucker begeben und nochmals alles gut rühren. Die Milch von der Wärme nehmen. Die Milch darf nicht zu warm werden, da die Eigelbe sonst gerinnen.

3. 3 Eiweisse steif schlagen (das übrig gebliebene Eigelb brauchen wir später noch!).
4. Alle Zutaten mit dem Mehl gut vermischen, so dass ein Zopfteig entsteht. Wie so oft, ist dieser Schritt am einfachsten mit den Händen zu erledigen.
5. Schliesslich folgt eine Tätigkeit für alle, die etwas Frust abbauen müssen: Den Zopfteig aus der Schüssel nehmen und auf eine flache und leicht bemehlte Oberfläche legen. Den Zopfteig mit einem Wallholz klopfen bis die Oberfläche schön glatt ist. Anschliessend wieder in eine Schüssel geben.
6. Den Zopfteig für mehrere Stunden (wir empfehlen mindestens 2) aufgehen lassen.
7. Jetzt kann endlich der Schweizer Zopf geformt werden! Dazu gibt es eine einfache Option und eine schwierigere Option:
8. Den Zopfteig in zwei gleichgrosse Stücke teilen. Die Stücke zu dicken Würsten rollen und verdrehen. Fertig sind die zwei Schweizer Zöpfe. Diese Option habe ich gewählt und ist in den Fotos abgebildet.

9. Den Zopfteig in vier gleichgrosse Stücke teilen. Die Stücke in zu Würsten rollen und je zwei in der Mitte übereinander legen. Anschliessend zu Zöpfen verdrehen. Fertig sind die zwei, leicht besser aussehenden, Schweizer Zöpfe!
10. Bei 200 °C für ca. 30 Minuten backen, bis der Schweizer Zopf eine schöne, goldene Farbe hat.



Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Protein
171 kcal	1 g	33 g	7 g