

# Honig-Zitronen-Zopf

## Zutaten für 2 Zöpfe:

- 1 kg Weizenmehl Typ 550
- 12 g Trockenhefe
- 10 g Salz
- 1 TL Fenchelsamen
- 50 g Zucker
- 4 Eier
- 100 ml Pflanzenöl
- alternativ: Olivenöl
- 50 g flüssiger Honig
- 350 ml Wasser
- 1 Bio-Zitrone
- 1 verquirltes Ei
- Sesam
- Mohnsamen

Fenchelsamen zerstoßen. Das Mehl in einer großen Schüssel mit Hefe, Salz, Fenchel und Zucker mischen.

Schale der Zitrone fein abreiben. Mit den Eiern, Öl, Honig und Wasser verquirlen.

Beide Mischungen in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben und 4 Minuten kneten, bis ein weicher Teig entstanden ist. Falls nötig, 1-2 TL Wasser dazugeben.

Den Teig von Hand kurze Zeit weiterkneten, um ein Gefühl für seine Textur zu bekommen. Wenn er am selben Tag gebacken werden soll, in eine leicht geölte Schüssel geben und mit einem feuchten Küchentuch abdecken. 1-2 Stunden gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Für 1 Zopf die Hälfte des Teigs entnehmen (die andere Hälfte in den Kühlschrank stellen oder einfrieren). In drei oder mehr Portionen teilen und jeweils zu einem langen Strang rollen. An einem Ende zusammendrücken und zu einem Zopf flechten. Die Enden an beiden Seiten nach unten einschlagen, damit sich der Zopf beim Backen nicht öffnet. Anstelle eines Zopfes kann man auch kleine Knoten backen. Dafür jeweils etwa 100 g Teig entnehmen, zu einem Strang rollen und zu einem Knoten verschlingen.

Backofen auf 190 Grad (Umluft) vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Zopf oder Knoten auf das Blech legen, mit verquirltem Ei bestreichen und weitere 30 Minuten gehen lassen.

Noch einmal mit Ei bestreichen und mit Sesam und/oder Mohn bestreuen. Den Zopf 30 Minuten backen, die Knoten 15 Minuten. Wenn man auf die Unterseite klopft, sollte es hohl klingen. Auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen.

## Aufbewahren und einfrieren:

Der Teig hält sich in einem luftdichten Behälter im Kühlschrank bis zu 3 Tage. Man kann ihn auch einfrieren: Einfach nach dem ersten Aufgehen geformt oder ungeformt luftdicht verpacken. Er hält tiefgekühlt bis zu 6 Monate. Vor der Zubereitung über Nacht oder mindestens 5 Stunden im Kühlschrank auftauen lassen.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 23.02.2023

Koch/Köchin: Cynthia Barcomi

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)