



# Veganer Challah

Ein Rezept von *BesondersGut*  
[www.besondersgut.ch](http://www.besondersgut.ch)

## ZUTATEN

### *Vorteig*

100g Wasser, zimmerwarm  
50g Weizen-Weissmehl  
50g Dinkel-Weissmehl  
1g Frischhefe

### *Mehlkochstück*

125g Wasser  
25g Weizen-Weissmehl

### *Hauptteig*

Vorteig, 30 Min. akklimatisiert  
Mehlkochstück, 30 Min. akklimatisiert  
375g Weizen-Weissmehl  
80g raffiniertes Rapsöl  
10-20g Wasser (optional)  
0.3g Kurkuma  
30g Zucker  
8g Hefe  
10g Salz

Ahornsirup, Hagelzucker

# Veganer Challah

## *Vorteig*

Am Vortag: das Wasser in eine Schüssel geben und die Hefe einrühren. Die Mehle zugeben, mischen und bedecken. Zwei Stunden bei 21–23 °C anspringen lassen, damit die Hefe in Fahrt kommt. Dann bis am nächsten Tag im Kühlschrank reifen lassen. Der Vorteig sollte sich mindestens verdoppeln.

## *Mehlkochstück*

Am Vortag: das Wasser und das Mehl in eine kleine Pfanne geben. Mit einem kleinen Schwingbesen unter ständigem Rühren langsam aufkochen, bis das Gemisch eindickt. Etwas abkühlen lassen und bedeckt bis am nächsten Tag in den Kühlschrank stellen.

## *Teigzubereitung*

Am nächsten Tag: den Vorteig und das Mehlkochstück 30 Minuten vor der Teigzubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

Alle Zutaten ausser des optionalen Wassers (dieses gegen Ende des Knetvorgangs zugeben falls nötig) in angegebener Reihenfolge in die Teigschüssel geben und 7–8 Minuten auf niedriger Stufe kneten. Der Teig fühlt sich ungewohnt klebrig, sogar leicht gummig an.

Alles gut!

Weitere ca. 5 Minuten auf leicht höherer Stufe kneten und falls nötig 10–20g Wasser unterkneten, bis der Teig geschmeidig und weich ist.

Ideale Teigtemperatur: 23–25 °C.

Luftdicht bedeckt bei 21–23 °C 1 Stunde gehen lassen.

## *Formen/zweite Teigruhe*

Den Teig mit Hilfe der Teigkarte auf die unbemehlte Arbeitsfläche geben. Je nach gewünschter Flechtart die benötigten Teigstücke mit dem Teigabstecher abtrennen und präzise abwägen.

Die Teigstücke zuerst zu Kugeln einschlagen und dann zu Teigtaschen vorformen.

10 Minuten mit einem Küchentuch bedeckt entspannen lassen und anschliessend mit so wenig Mehl wie möglich zu den benötigten Strängen langrollen.

Die fertigen Stränge leicht bemehlen, den Zopf flechten und auf ein Backpapier legen.

Bedeckt nochmals 30–45 Minuten gehen lassen.

## *Bestreichen/Backen/Topping*

Den Zopf kurz vor dem Backen mit Ahornsirup bestreichen und im sehr gut vorgeheizten Ofen bei 190 °C ohne Dampf 35–45 Minuten backen. Noch warm nochmals mit Ahornsirup bestreichen und falls gewünscht mit Hagelzucker bestreuen.