

## Hefeteig für Seelenzopf oder Seelengeige

### Zutaten:

30 g Hefe  
1 TL Zucker  
500 g Mehl (Weißmehl oder Vollkornmehl aus Dinkel oder Weizen oder eine Mischung daraus)  
125ml lauwarmes Wasser oder Milch  
200ml Sahne  
60 g Zucker  
1 Prise Salz  
1-2 Eier

### Zubereitung:

1. Hefe in einer Tasse mit 1 Teelöffel Zucker gut verrühren
2. Mehl in eine Schüssel sieben, das lauwarme Wasser, Sahne, Zucker, Eier und die Prise Salz zugeben
3. Die aufgelöste Hefe zugeben, den Teig ca. 15 Minuten gut durchkneten (Küchenmaschine oder Handrührgerät mit Knethaken)
4. Schüssel mit einem Tuch abdecken und 15 Minuten „gehen lassen“, nochmals kurz kneten
5. Gebäck formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Oberfläche mit Milch oder Wasser bestreichen
6. Gebäck mit Tuch abdecken und 15 Min. gehen lassen
7. In das kalte Backrohr auf die mittlere Schiene geben, Ober-Unterhitze bei 200° einstellen und ca. 15-30 Minuten backen, je nach Form und Größe (Aufheizzeit des Backofens zum Gehen nutzen)
8. Fertiges Gebäck klingt „hohl“
9. Nach Belieben mit Puderzucker Glasur bestreichen (3-4 gehäufte Esslöffel Puderzucker mit 1-2 Esslöffel Wasser oder Zitronensaft gut verrühren)
10. Vor dem Anschneiden auskühlen lassen