

# Hefeknoten

Heute gehts lecker weiter mit einem einfachen, süßen Rezept. Diese Knoten aus Hefeteig sind schnell gemacht und kommen immer gut an - auf der Kaffeetafel, zum Frühstück oder auch mal in der Vesperdose der Kids... Das Besondere hierbei ist, dass die Knoten nach dem Backen kurz in einen Zuckersirup getaucht werden. Das macht sie super-saftig und man kann sie gut auch noch am nächsten Tag essen. Wobei sie frisch natürlich besonders lecker sind...



Ich verlinke Euch unten noch die Variante im Thermomix. Aber für alle, die keinen haben, habe ich das Rezept umgeschrieben und die Mengen etwas angepasst, so dass es prima funktioniert. Mir ist es nämlich immer zu umständlich, den Zuckersirup und den Teig zum Gehen wieder umzufüllen... da hat man viel mehr zum Spülen.



Zutaten (ca. 12-16 Stück):

---

Für den Zuckersirup:

- **150 ml Wasser**
- **150 g Zucker**

Für den Hefeteig:

- **120 ml lauwarme Milch**
- **1 EL Zucker**
- **1/2 Würfel frische Hefe**
- **60 ml neutrales Öl**
- **2 Eier**
- **400 g Mehl**
- **2 EL Butter und Zimt-Zucker für die Füllung**

---

Für den Hefeteig Zucker und Hefe in der Milch auflösen (am Besten gleich in der Schüssel der Rührmaschine). Nun Öl, Eier und Mehl zugeben und mit dem Knethaken zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Geht auch gut mit den Händen. Abgedeckt ca. 1 Stunde gehen lassen.



In der Zwischenzeit für den Sirup Zucker mit Wasser in einen kleinen Topf geben, aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze ca. 1 Minute köcheln lassen, bis der Zucker sich gelöst hat. Zur Seite stellen.

Zur Fertigstellung die Butter zerlassen. Teig nochmal durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem großen Rechteck ausrollen (ca. 30×40 cm). Mit der Butter bestreichen, nach Belieben etwas Zimt-Zucker darauf geben. Den Teig einmal in der Mitte umklappen, so dass ein Rechteck mit 20×30 cm entsteht. Teigplatte zuerst in der Mitte halbieren, dann jede Hälfte mit einem scharfen Messer in 6-8 Streifen schneiden. Jeden Streifen aufdrehen und zu einem Knoten eindrehen (s. Bilder).



Auf zwei mit Backpapier belegte Bleche geben und nacheinander im heißen Ofen bei 180°C Ober-/Unterhitze ca. 15 Minuten hellbraun backen. Herausnehmen und sofort mit zwei Gabeln im Zuckersirup wenden. Wieder auf das Blech legen und abkühlen lassen.





### Tipps:

- Wer keinen Zimt-Zucker mag, lässt ihn einfach weg.
  - Der Teig kann auch gut mit etwas geriebener Zitronenschale aromatisiert werden.
  - Hier der Link zur Rezeptwelt: [Hefeknoten](#)
-