

Challah Rezept



Zutaten für 4 Laibe: (für unseren Schabbat zu viert machen wir die Hälfte dieses Rezepts)

2 EL Trockenhefe
500 ml lauwarmes Wasser
100 g Zucker
4 Eier, leicht verquirlt und
2 Dotter oder 1 ganzes Ei für die Glasur
1 EL Salz
125 ml Pflanzenöl
ca. 1300 g Mehl
Mohn oder Sesam (optional)



Zubereitung:

Lösen Sie die Germ im Wasser mit 1 TL Zucker auf. Schlagen Sie die Mischung kräftig und lassen Sie sie stehen bis sie schäumt (ca. 10 min).

Verquirlen Sie die Eier leicht in einer sehr großen Schüssel. Fügen Sie Salz, Zucker und Öl hinzu und schlagen Sie weiter. Arbeiten Sie die Germ-Mischung kräftig ein. Lassen Sie das Mehl nach und nach einrieseln, während Sie zunächst mit einem großen Löffel stetig rühren, später mit den Händen kneten. Kneten Sie kräftig, bis der Teig sehr glatt und elastisch ist (ca. 15 min.). Fügen Sie etwas Mehl hinzu, wenn der Teig klebrig bleibt. Gießen Sie ein wenig Öl in die Schüssel und wenden Sie den Teig darin, um ihn rundherum einzufetten. Bedecken Sie den Teig mit Frischhaltefolie und lassen Sie ihn an einem warmen Ort gehen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat (2-3 Std.). Schlagen Sie den Teig zusammen und kneten Sie ihn nochmals durch. Formen Sie 4 Laibe.

Runde Challah-Brote: Nehmen Sie ein Stück Teig, rollen Sie es zwischen den Handflächen und formen Sie eine ca. 45 cm lange Rolle mit 5 cm Durchmesser – ein wenig dicker an einem Ende. Legen Sie das dickere Ende in die Mitte eines geölten Backpergaments und rollen Sie den Teig wie eine Schlange auf. Verfahren Sie mit den übrigen drei Teigstücken ebenso.

Geflochtene Challah-Brote mit 3 Strängen: Teilen Sie eines der Teigstücke in drei Teile. Rollen Sie es zwischen den Handflächen und formen Sie drei Rollen von ca. 45 cm Länge und 3 cm Durchmesser. Drücken Sie die Enden der drei Stränge aneinander und flechten Sie folgendermaßen: Legen Sie den rechten Strang über den Mittleren, dann den linken zur Mitte hin und fahren Sie so fort bis zum Ende. Drücken Sie die drei Enden zusammen und schlagen Sie sie unter den Laib. Gleiches machen Sie mit den übrigen drei Teigstücken.

Legen Sie die Laibe auf gut gefettetes Backpergament mit ausreichend Abstand zum Aufgehen. Lassen Sie die Brote 1 Stunde gehen oder bis sich ihr Umfang verdoppelt hat. Bestreichen Sie die Laibe vorsichtig mit den verquirlten Dottern, wenn Sie die Brote mit Mohn oder Sesam bestreuen wollen, verwenden Sie ein ganzes verquirltes Ei (die Samen halten besser, wenn Eiklar dabei ist). Backen Sie die Brote bei 180°C im vorgeheizten Ofen, bis die Laibe goldbraun sind (35-45 min). Sie sind fertig, wenn Sie beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingen.

Variation für süße Challah-Brote: Vermischen Sie das Ei mit 125 ml Honig. Kneten Sie nach dem ersten Gehen 100 g Rosinen in den Teig.