

## Hefeteig Grundrezept



### Zutaten für mein Hefeteig Rezept (1 Blech):

- 500 g Weizenmehl
- 250 ml Milch
- 21 g Frischhefe (entspricht 1/2 Würfel)
- 50 g Zucker
- ½ TL Salz
- 1 Ei
- 75 g Butter

**Arbeitszeit:** ca. 10 Minuten

**Ruhezeit:** 60 Minuten

### Zubereitung: Hefeteig mit frischer Hefe

1. Erwärme die Milch lauwarm. Rühre den Zucker und die Hefe ein, bis sie sich aufgelöst haben.
2. Gib die Hefemilch zum Mehl. Füge das Ei, das Salz und die Butter hinzu.
3. Knete alles zu einem geschmeidigen Teig.
4. Gib den Hefeteig in eine geölte Schüssel.

5. Decke ihn mit einem sauberen Geschirrtuch ab und lass ihn für eine Stunde an einem warmen Ort gehen. Dabei verdoppelt er sein Volumen.

Ich empfehle dir, den Teig doppelt gehen zu lassen. Einmal eine Stunde direkt nach der Zubereitung und dann noch einmal mindestens 15 Minuten, wenn du den Teig in die entsprechende Form gebracht hast.

## Grundrezept Hefeteig süß und salzig zubereiten

Hefeteig muss man einfach lieben! Immerhin ist der fluffige Teig Grundlage von etlichen, köstlichen Gerichten, auf die ich nie verzichten wollen würde. Auf der einen Seite haben wir das süße Gebäck, wie [Pflaumentaler mit Streuseln](#), [Buchteln](#) und [Erdbeerschnecken](#).

Aber natürlich geht Hefeteig auch salzig - dafür lässt du einfach das Ei und den Zucker bei der Zubereitung weg. Dann eignet sich der Teig auch für herrliches [Focaccia](#), dünnen [Pizzateig](#) und knuspriges [Zwiebelbrot](#). Hier findest du eine Übersicht über all meine leckeren [Hefeteig Rezepte!](#)

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

