

## Kanelbullar

Im Alltag und auf meinen Reisen während des Auslandssemesters ist mir immer wieder eine gemeinsame Spezialität Skandinaviens aufgefallen, nämlich Zimtschnecken.

Das Rezept für sechs Stück:

### Für den Teig

½ Würfel Hefe  
40 g Butter  
100 ml Milch  
175 g Weizenmehl  
50 g Vollkornmehl  
30 g Zucker  
¼ TL Salz  
¼ TL Kardamom

### Für die Füllung

35 g flüssige Butter  
25 g Zucker  
1 TL Zimt  
½ TL Kardamom

### Außerdem

Verquirltes Ei  
Hagelzucker

1. Hefeteig nach Grundrezept herstellen, indem zunächst die Butter und Milch zusammen erwärmt werden. Auf 37°C abkühlen lassen und eingebröckelte Hefe darin auflösen. Trockene Teigzutaten in einer Schüssel vermengen und mit den flüssigen Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Teig mindestens 40 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.
2. Teig rechteckig ausrollen. Zutaten der Füllung mischen und auf dem Teig verstreichen.
3. Von der kurzen Seite her den Teig zwei Mal falten, sodass am Ende drei Teigschichten übereinander liegen. Mit einem Pizzaschneider sechs ein Zentimeter breite Streifen der Länge nach schneiden. Jeden Streifen verwirbeln und zu einem Knoten binden. Dazu den verwirbelten Teigstreifen zweimal um zwei Finger wickeln und das Ende in die Mitte stopfen. Teigknoten unter einem Tuch 30 Minuten ruhen lassen.
4. Knoten mit verquirltem Ei bestreichen, mit Hagelzucker dekorieren und bei 220°C Ober-/Unterhitze für acht bis zehn Minuten backen.

Leicht verändertes Rezept vom Blog [feiertaglich.de](http://feiertaglich.de)