EMMER-DINKEL-STANGERL

4.1 bei 30 Bewertungen

1 h 30 min	Germteig	210 Grad	20 min



Zubereitung

1. Für den Germteig (>Germteig 1×1 (https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/)) zuerst das Wasser in eine Rührschüssel geben. Anschließend die Mehle, Salz, Backmalz, Germ und die Butter dazugeben. 5-10 Minuten lang zu einem glatten Teig kneten und diesen ca. 30 Minuten zugedeckt rasten lassen.

2. Den Teig in 12 ungefähr gleich große Stücke aufteilen und aus diesen längliche Stangerl formen. Die Stangerl mit Wasser besprühen und in der Körnermischung wälzen.

3. Die Stangerl am Backblech nochmals für 10 Minuten gehen lassen und anschließend im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad mit viel Dampf ca. 20 Minuten backen.

Zutaten

FÜR 12 STANGERL

TEIG

400 g	lauwarmes Wasser
300 g	Emmervollkornmehl
100 g	Dinkelmehl 700
100 g	Dinkelvollkornmehl
20 g	zimmerwarme Butter
10 g	frische Germ
10 g	Backmalz
10 g	Salz

ZUM BESTREUEN

Körnermischung nach Wunsch