KÖRNDLSTANGERL

4.9 bei 82 Bewertungen

1 h 10 min | Germteig | 20 min | Heißluft | 210 Grad | 20 min

Zubereitung

1. Zuerst wird die Körnermischung mit der Hälfte der gesamten Wassermenge (mit 200 g) überbrüht und für ca. 10 Minuten stehen gelassen. Das Wasser dafür sollte heiß sein.

2. In der Zwischenzeit für den Germteig (>Germteig 1×1 (https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/)) die restlichen 200 g lauwarmes Wasser in eine Rührschüssel geben. Dann die Mehle, Salz, Backmalz, Brotgewürz (https://www.backenmitchristina.at/produkt/brotgewuerz-250-g/) und Germ dazugeben und am Schluss die überbrühte Körnermischung und die weiche Butter. Alles zu einem eher weicheren Germteig verkneten und diesen ca. 20 Minuten rasten lassen.

3. Danach in Stücke à 70 g teilen und diese zu Stangerl oder runden Weckerl weiterverarbeiten. Die fertig geformten Stangerl mit Wasser besprühen und je nach Wunsch mit dem Körndlmix (https://www.backenmitchristina.at/produkt/koerndl-mix/) bestreuen.

4. Im vorgeheizten Backofen bei 210 Grad ca. 20 Minuten backen.

Zutaten

FÜR CA. 15 STÜCK

TEIG

400 g	Wasser
25 g	Haferflocken
25 g	Sonnenblumenkerne
25 g	Leinsamen
25 g	Sesam
250 g	Dinkelvollkornmehl
100 g	Dinkelmehl 700
100 g	Roggenvollkornmehl
60 g	Roggenmehl 960
10 g	Salz
10 g	Backmalz
10 g	Brotgewürz
21 g	frische Germ (= 1/2 Würfel)
20 g	zimmerwarme Butter

ZUM BESTREUEN

Körndlmix

Stangerl formen:

- Das Teilstück zu einer runden Kugel schleifen.
- Die Kugel oval ausrollen.
- Den unteren Rand etwas einbiegen und von unten her aufrollen – dabei das obere Ende festhalten oder auch mit einem Gegenstand ein wenig beschweren.