SONNENBLUMENWECKERL

4.8 bei 88 Bewertungen

1 h | Kleingebäck-Teig | Heißluft | 210 Grad | 20 min

Zubereitung

1. Für den Germteig (>Germteig 1×1 (https://www.backenmitchristina.at/rezepte/kleingebaeck-teig/)) zuerst das Wasser in eine Rührschüssel geben. Anschließend die beiden Mehle, Sonnenblumenkerne, Salz, Backmalz, Fenchelsamen und Germ dazugeben. 5-10 Minuten lang zu einem glatten Teig kneten und diesen ca. 20 Minuten zugedeckt rasten lassen.

2. Den Teig in 14 ungefähr gleich große Stücke aufteilen und aus diesen runde Weckerl formen. Die Weckerl mit Wasser besprühen und in Sonnenblumenkernen wälzen.

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

Zutaten

FÜR 14 WECKERL

TEIG

360 g	lauwarmes Wasser
300 g	Dinkelvollkornmehl
200 g	Roggenmehl 960
40 g	Sonnenblumenkerne
10 g	Salz
10 g	Backmalz
5 g	Fenchelsamen, ganz
20 g	frische Germ

Sonnenblumenkerne zum Wälzen