

Vollkorweckerl mit Karottenaufstrich

Rezept und Zubereitung



Rezept für ca. 9 Brötchen

- | | |
|-------------------------|---------------------------------------|
| 500g Dinkelmehl | ca. ¼ L Wasser (optional Molke) |
| 40g Germ (Hefe) | 6 EL lauwarmes Wasser für die Germ |
| 1 TL Honig (optional) | 1 Dotter zum Bepinseln |
| 1 TL Salz | Mohn, Sesam oder Kümmel zum Bestreuen |
| 5 EL kalt gepresstes Öl | |

Zubereitung

Germ (optional mit Honig) mit 6 EL lauwarmen Wasser verrühren und in einer großen Schüssel mit allen Zutaten gut vermischen. Den Teig zugedeckt über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen; dann nochmals durchkneten und zu Semmeln, Weckerln, Brezeln usw. formen. Das Gebäck kann mit einem Dotter bestrichen und eventuell bestreut werden. Danach am Backblech (mit Backpapier) für eine ½ Stunde gehen lassen und in den kalten Backofen geben, bei mittlerer Hitze (180 Grad) ca. 30 Minuten backen.

Rezept für ca. 4 Portionen Aufstrich

- | | |
|------------------------|-----------------------------|
| 250g Topfen | 2 EL Sauerrahm oder Joghurt |
| 2 mittelgroße Karotten | Salz, Pfeffer |

Zubereitung

Karotten putzen, schälen und fein raspeln. Dann Topfen mit Sauerrahm oder Joghurt glattrühren, Karotten untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Wir
wünschen
gutes
Gelingen!

In Kooperation mit:



LAND KÄRNTEN

