



Vollkorn- Salzstangerl



Schwierigkeitsgrad
mittel



Zubereitungszeit
30 Minuten



Gärzeit
14 Stunden



Backzeit
13 Minuten



Temperatur
230° O/U
200° O/U



Portion/ Größe
16 Stück

Zutaten

Vorteig

200 gr Dinkel- Vollkornmehl
8 gr Rohrzucker
8 gr frische Hefe
150 ml lauwarmes Wasser
eine Prise Salz

Teig

Vorteig
400 gr Dinkel- Vollkornmehl
10 gr Salz
12 gr Honig
16 gr frische Hefe
250 ml lauwarmes Wasser
50 gr weiche Butter

Außerdem

Kümmel und grobes Salz zum
Bestreuen



Zur Webseite



Zubereitung

Die Zutaten des Vorteiges in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und mit dem Knethaken 2- 3 Minuten kneten lassen. Dann den Teig mit den Händen rundwirken und in die gleiche Schüssel zurücklegen. Zugedeckt über Nacht stehen lassen.

Am nächsten Tag die Zutaten des Teiges zum Vorteig geben. Das Ganze 10 Minuten kneten lassen. Den Teig kurz mit den Händen durchkneten und halbieren. Beide Stücke rundwirken und auf eine leicht bemehlte Fläche legen. Zugedeckt 1- 1,5 Stunde ruhen lassen.

Die erste Teigkugel rund auswalken und auf 8 Stücke aufteilen, wie Tortenstücke. Jedes Dreieck von der langen Seite her aufrollen und zum Stangerl formen. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und zugedeckt nochmal 30 Minuten gehen lassen. Gleichzeitig den Ofen auf 230° O/U vorheizen.

Diesen Vorgang mit der zweiten Teigkugel wiederholen.

Die Gebäckstücke mit lauwarmem Wasser besprühen und nach Lust und Laune mit Kümmel und Salz bestreuen. Das Blech in den Ofen schieben und ein wenig Wasser rein sprühen. Den Ofen schließen und die Kipferl 5 Minuten anbacken. Dann die Temperatur auf 200° reduzieren und weitere 10-13 Minuten backen.

Auf einem Gitter auskühlen lassen. Den Vorgang mit dem zweiten Blech wiederholen.



Noch mehr kaiserlich leckere Rezepte

Folge uns

