Joghurt Dinkel Herzen

Dauer: Mittel Kategorie: Backrezepte Saison: Ganzjährig



Zutaten

300 G	Naturjoghurt
350 G	Dinkelmehl
100 G	Dinkelvollmehl
1/2 PKG	Germwürfel
1 TL	Salz

Zubereitung

1. Joghurt in eine Schüssel geben, Germ hineinbröseln.
2. Mehl und Salz zugeben und auf kleiner Stufe 5 min kneten.
3. Den Teig ca. 8 Stunden gehen lassen.

   Tipp: Kann man gut über Nacht stehen lassen
4. Teiglinge abstechen und runde Kugeln schleifen, nochmal 10 min gehen lassen.
5. Die Kugeln bis zur Mitte einschneiden und zu einem Herz formen (die Zipfel etwas auseinanderziehen und unten eine Spitze formen).
6. Mit Wasser besprühen und mit Ölsaaten bestreuen. Nochmal kurz gehen lassen und dann bei 200 ° ca. 18 – 20 min backen.

SEMINAR BÄUERINNEN