

Valentinsherzen

Dauer: Mittel Kategorie: Backrezepte Frühstück Vegetarisch Saison: Frühling



Zutaten

150 G	Roggenmehl
350 G	Weizenmehl Type 700
10 G	Salz
10 G	frischen Germ
1 PRISE	Zucker
30 G	weiche Butter
320 ML	lauwarmes Wasser

Zubereitung

1. Mehle in einer Schüssel vermischen, in der Mitte eine Vertiefung bilden.
2. Das Salz auf den Rand streuen.
3. Germ in die Mitte bröseln, Zucker auf die Germ streuen.
4. Etwas Wasser zur Germ gießen, Germ durch Rühren im Wasser auflösen.
5. Butter und restliches Wasser dazu geben
und alles zu einem gleichmäßigen Teig zuerst verrühren, dann verkneten.
6. Den Teig zugedeckt ca. 1 Stunde gehen lassen.
7. Danach in zwölf Teile teilen und zu Kugeln schleifen.
8. Zudecken und noch ca. 15 Minuten rasten lassen.
9. Dann aus jeder Kugel ein Herz formen.
10. Dafür zuerst einen ca. 15 cm langen Strang rollen,
diesen dann längs einschneiden.

Achtung: nicht ganz durchschneiden, ca. 2cm übrig lassen!

11. Der eingeschnittene Strang lässt sich zu einem „V“ öffnen.
12. Jetzt nur noch beiden Enden des „V“ nach innen Richtung Spitze schlagen.
13. Die Herzerl mit Wasser besprühen und beliebig verzieren.

Mit Mehl leicht übersieben oder mit Ölsaaten nach Geschmack bestreuen (Sesam, Leinsamen Sonnenblumenkerne).

14. Mit Backpapier ausgelegtes Blech legen,
noch einmal 10 Minuten gehen lassen.
15. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C ca. 20 Minuten backen.