

Dinkelweckerl mit Sonnenblumenkernen

Zutaten:

250 g Dinkelvollkornmehl
200 g Dinkelmehl
1/2 Würfel Germ
250 ml lauwarmes Wasser
1 TL Salz
1 Handvoll Sonnenblumenkerne

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem weichen Germteig verarbeiten. Danach 1/2 Std. rasten lassen.

Weckerl formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Wasser besprühen und eventuell mit Mehl bestäuben.

Bei 200 Grad Heißluft, 20 min. backen!

