



Dinkelwecken

Zubereitung

Mehl und Germ mischen, Salz, Gewürze, Honig und Wasser dazugeben und zu einem Teig verkneten. Leinsamen und Nüsse kurz unterkneten. Den Teig so lange gehen lassen bis er doppelt so hoch ist. Den Teig nochmals zusammenstoßen und zu einer Rolle formen. In 20 Stücke teilen, die Stücke rund formen und ca. 15 Min. gehen lassen. Mit Wasser bestreichen und beliebig bestreuen. Bei ca 170 Grad ca. 30 Minuten backen.

Das Rezept (mit Foto) stammt von BONAfamilie-Fan Elfriede Breite.

Zutaten

500 g Dinkelmehl
1 Pck. Trockengerm
2 Kl Salz
1 Prise Kümmel
1 Prise Salz
1 Prise Fenchel
1 El Honig
400 ml lauwarmes Wasser
2 El Leinsamen
60 g gehackte Walnüsse
etwas Wasser zum Bestreichen
zum Bestreuen einige Kürbiskerne, etwas Leinsamen