

Tici Kaspar

“10 MINUTEN WECKERLN”

Zutaten:

- 500 g Dinkel- oder Vollkornmehl
- 4 EL Haferflocken
- 1 TL Honig
- Prise Salz
- Prise Koriander
- Prise Kümmel
- Prise Schabzigerklee
- ½ l Mineralwasser
- optional: Prise Natron

Außerdem

- etwas Olivenöl
- Sesam oder Haferflocken zum Bestreuen

Zubereitung:

- Dinkelmehl und Haferflocken in eine Schüssel geben, mit Honig, einer Prise Salz und Brotgewürzen nach Belieben würzen.

TIPP! Wenn Du gerne besonders fluffige Weckerln backen möchtest, dann empfehle ich Dir eine kleine Prise Natron unter das Mehl zu mengen.

- Mit Mineralwasser zu einem geschmeidigen Teig kneten.
- Mit einem Löffel kleine Fladen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.

TIPP! Das Backpapier zuvor mit Olivenöl bepinseln, dann lösen sich die Fladen besser vom Papier.

- Den Löffel immer wieder in warmes Wasser tauchen, dann löst sich der zähflüssige Teig leichter vom Besteck.
- Nach Belieben mit z.B. Sesam oder Haferflocken bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei 200°C Umluft ca. 20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten plus 20 Minuten Backzeit

Schwierigkeitsgrad: leicht