

Vollkornecken

(nach Slava)

*260 g Wasser, $\frac{1}{2}$ Würfel Hefe, 1 TL Zucker bei 37° C/Stufe 2/
3 Minuten verrühren*

*300 g Weizenvollkornmehl, 200 g Weizenmehl 550, 50 g Joghurt
oder Saure Sahne, 1 $\frac{1}{2}$ TL Salz, 3 EL Öl
in den Thermomix oder die Küchenmaschine für 4 Minuten kneten
lassen (Teigknetstufe)*

*Teig zu einer Kugel formen und in einer leicht geölten Schüssel
abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.*

*Herausholen und die Kugel leicht plattdrücken - in 8 „Tortenstücke“
schneiden und auf ein Backblech oder den Zauberstein legen - mit
Wasser besprühen und nach Wunsch mit Körnern belegen.*

Nochmals abgedeckt für 20 Minuten ruhen lassen.

*Dann in den vorgeheizten Backofen legen - 210° C Ober-/Unterhitze
- 17 - 20 Minuten backen.. dabei gut schwaden (am Besten geht
das mit einer Blumenspritze)*

Gutes Gelingen und guten Appetit