



Vollkorn-Walnussecken

Zutaten

- 700 g Dinkelvollkornmehl
- 230 g Roggenmehl
- 400 g lauwarmes Wasser
- 220 g Buttermilch
- ½ Würfel Germ
- 20 g Salz
- 2 EL Balsamico Essig (oder 20 g Backmalz)
- 2-3 Handvoll Walnüsse



Zubereitung

Aus den angegebenen Zutaten einen Germteig zubereiten. Dazu alle trockenen Zutaten (außer die Nüsse) in eine Rührschüssel geben, die Germ dazubröseln und mit dem Wasser und der Buttermilch zu einem mittelfesten Germteig verkneten. Am Schluss die zerkleinerten Walnuskerne dazugeben und nur noch kurz durchkneten. Anschließend ca. 20 Minuten zugedeckt rasten lassen.

Den Teig in 2 Teile teilen und diese jeweils zu einem Rechteck ausrollen (ca. 1,5 cm hoch). Das Rechteck erst in 4 gleichgroße Teile teilen, diese Eckerl nochmals halbieren, dass man 8 Dreiecke hat. Die Eckerl nochmal 10 Minuten gehen lassen, mit Wasser besprühen und mit Roggenmehl bestauben. Wenn gewünscht, kann jedes Weckerl in der Mitte nochmal eingeschnitten werden. Dann sofort bei 220 Grad im vorgeheizten Backofen ca. 15-20 Minuten backen.

Tipp: Ich verwende anstatt von Backmalz oft dunklen Balsamico-Essig, damit die Weckerl eine schönere Farbe bekommen.