



Dinkelsemmeln "original"

Zutaten für ca. 1 Blech

- 100 g Dinkelschrot
- 200 ml kochendes Wasser
- 200 ml kaltes Wasser
- 25 g Hefe
- 400 g Dinkelmehl Type 630
- ½ EL Meersalz
- Olivenöl

Zubereitung

1. Dinkelschrot mit kochendem Wasser verrühren und ca. 5 Minuten quellen lassen.
2. Zum Abkühlen des Teiges 200 ml kaltes Wasser untermischen.
3. Hefe, Dinkelmehl und Meersalz untermischen. Solange Mehl hinzufügen, bis ein fester Teig entstanden ist.
4. Mit einem Esslöffel Häufchen abstechen und auf ein Blech setzen, zuvor die Unterseite der Semmeln in Olivenöl tauchen.
5. Bei 220 °C Heißluft ca. 20-30 Minuten backen.

Guten Appetit wünscht Pauline Froschmayer!