

# Dreiecksweckerl

Dauer: Mittel    Kategorie: Backrezepte Frühstück Jausenrezepte Vegetarisch    Saison: Ganzjährig    Für:



**Verfasst von:** Salzburg schmeckt

## Zutaten

450 G	Roggenmehl
450 G	Weizenmehl
40 G	Haferflocken
40 G	Sonnenblumenkerne
20 G	Sesam
20 G	Backmalz
20 G	Honig
20 G	Öl
1/2 PKG	frische Germ
600 G	lauwarmes Wasser
1 TL	Salz

## Zubereitung

1. Mehl, Haferflocken, gut die Hälfte der Kerne, Backmalz (kann auch weggelassen werden) und Salz vermischen.
2. Die Germ (statt der Frischen kann auch auf Trockengerme zurückgegriffen werden) mit lauwarmem Wasser und Öl bzw. flüssiger Butter leicht unterrühren und mit dem Knethaken zu einem mittelfesten Teig verarbeiten und ca. 20 Minuten gehen lassen.
3. Den Teig mit dem Nudelholz zu einem Viereck (2 – 3 cm dick) ausrollen und in Dreiecke schneiden.
4. Auf einem Teller Leinsamen, Kürbiskern und Sonnenblumenkerne mit ein wenig Wasser vermischen. Die Teigstücke darin eintauchen und auf ein Backblech setzen.
5. Den Ofen auf 230 Grad erhitzen und die Weckerl etwa 15 – 20 Minuten backen.

Wenn Sie „unten hohl“ klingen und oben eine schöne Farbe haben, sind sie fertig.