

Sauerteig-Cracker



DIE ZUTATEN:

- 125 g altes Anstellgut von Weizen,- Roggen,- Dinkel- oder Lievito Madre
- 50 g Roggenmehl, Typ 1150
- 40 g Olivenöl
- 50 g Kerne, wie Ihr mögt (z.B. eine Mischung aus Kürbiskernen, Sonnenblumenkernen, Sesam o.ä.)
- 6 g Salz

DIE ZUBEREITUNG:

Backofen auf 160°C Umluft aufheizen.

Alle Zutaten miteinander vermengen, bis ein glatter Teig entstanden ist.

Den Teig zwischen zwei Bögen Backpapier geben und auf etwa 2mm ausrollen. Nun die obere Lage Backpapier abziehen und den Teig auf dem Backpapier auf ein Backblech ziehen.

Teigplatte für etwa 15 bis 25 Minuten – je nach Backofen – auf mittlerer Schiene backen, bis der Teig schön hellbraun ist. Die Teigplatte auskühlen lassen und in Stücke brechen.

Die Cracker halten in einer luftdicht verschlossenen Dose gut 8-10 Tage.

Tipp von Peggy: Als Variation habe ich statt der 50 g Kerne 30 g Parmesan und nur 20 g Kerne ausprobiert. Bei dieser Variante habe ich das Salz auf 3 g reduziert.

Rezeptquelle Cooking Affair, modifiziert von Peggy Hamatschek und Silke Grieger