



© Elisabeth Hohenwarter

Dauer: Mittel

Kategorie: Backrezepte

Saison: Herbst

Für: 2 Stück

Verfasst von: Elisabeth Hohenwarter

Zutaten

500 G Kürbisfleisch gekocht

400 G Dinkelmehl Typ 700

600 G Roggenmehl Typ 960

100 G Weizen- oder Dinkelgrieß

CA. 500-
600 ML Wasser

30 G Salz

1 WÜRFEL Germ

2-3 EL	Sauerteig (wenn vorhanden)
--------	----------------------------

2 EL	Brotgewürz
------	------------

ETWAS	Kürbiskernöl
-------	--------------

CA. 50 G	Kürbiskerne und einige zum Bestreuen
----------	--------------------------------------

1 TL	Zucker
------	--------

Zubereitung

1. Mehl und Grieß mischen, gemeinsam in eine große Schüssel geben.
2. Salz abwiegen, mit 1 TL Zucker und dem Germ im warmen Wasser auflösen.
3. Mit den restlichen Zutaten zum Mehl geben und einen weichen, aber nicht klebrigen Teig kneten.
4. Rasten lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
5. Zwei Kastenformen mit Öl ausstreichen und mit etwas Grieß und Kürbiskernen ausstreuen.
6. Den Teig in zwei Hälften teilen nochmals gut durchkneten.
7. Wecken formen und in den Kastenformen, an einem warmen Ort wieder ca. 20 Minuten ruhen lassen.
8. Dann mit Wasser bestreichen, mit Kürbiskernen bestreuen.
9. Bei 240°C abfallender Temperatur auf 180° ca. 45 Minuten backen.

Gutes Gelingen!