

## Dinkel-Tomaten-Sterne

---

**Knetzeit:** ca. 5 min. auf schwächster Stufe

**Teigruhe nach dem Kneten:** ca. 30 – 60 min

**Teiggewicht pro Stk.:** ca. 90 g – 12 Stück

**Gehzeit vor dem Backen:** ca. 10 min

**Backzeit:** ca. 17 Minuten bei 210°C Heißluft

### **ZUTATEN FÜR DEN TEIG:**

290 g	lauwarmes Wasser
10 g	Salz
20 g	Öl (ich verwende das Öl von den Tomaten)
160 g	getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten in kl. Stücke geschnitten
400 g	Dinkelmehl 700 (Martinshof)
150 g	Dinkelvollkornmehl (Martinshof)
10 g	Backmalz
21 g	frische Hefe



### **ZUBEREITUNG:**

1. Der Reihe nach wie angegeben die Zutaten in die Küchenmaschine einwiegen und auf geringster Stufe für max. 5 Minuten kneten. Teig mit Hilfe von nassen Händen oder etwas Mehl zu einer runden Kugel formen und wieder zurück in die Teigschüssel geben. Für 30 – 60 Minuten rasten lassen. Nicht erschrecken: es ist ein weicher Teig, aber mit Hilfe von Roggenmehl oder nassen Händen lässt sich gut eine Kugel für die Teiggare formen.
2. Nach der Gare von 30 – 60 Minuten Teig mit einer Teigkarte aus der Teigschüssel holen und auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben.
3. Teigstücke zu je ca. 90 Gramm auswiegen, rund schleifen und für weitere 5 Minuten rasten lassen.
4. Nun die Teigkugel leicht bemehlen und mit einem Semmeldrucker mittig ansetzen und komplett durchdrücken. Die einzelnen Spitzen nun nach außen legen und die Sterne zur Stückgare auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen.
5. Nach der Stückgare die Sterne mit Wasser bespritzen und nochmals mit etwas Roggenmehl stauben.
6. Bei 210°C HL ca. 17 Minuten backen.

Viel Freude beim OAFACH NOCHBACKA!