

# KNUSPERSTANGERL

★★★★★ 4.9 bei 32 Bewertungen

Backen  
mit  
Christina



3 h 40 min



Germteig



Heißluft



220 Grad



15 min



## Zubereitung

- 1** Für den Germteig (>Germteig 1x1 (<https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/>)) alle Zutaten zu einem weichen Teig vermischen. Den Teig im Anschluss zugedeckt ca. 3 Stunden rasten lassen (er muss nicht geknetet werden).
- 2** Den Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und danach auch die Oberfläche bemehlen. Jetzt etwas auseinander drücken und mit Hilfe einer Teigkarte dünne Streifen (ca. 1 cm breit) abstechen.
- 3** Die Streifen danach gegengleich von beiden Enden her eindrehen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit Wasser besprühen und mit Backstreusalz & Kräutern nach Wunsch bestreuen.
- 4** Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad am besten mit viel Dampf ca. 15-20 Minuten backen.



Wenn ihr nicht so lange Zeit habt, dann könnt ihr auch lauwarmer Milch/Wasser und 10 g frische Germ verwenden. Dadurch verringert sich die Rastzeit auf ca. 30 Minuten.

## Zutaten

### FÜR CA. 30 STANGERL

#### TEIG

- 250 g Milch
- 120 g Wasser
- 500 g Weizenmehl 700
- 10 g Salz
- 10 g Backmalz
- 5 g Germ
- Roggenmehl zum Ausformen

#### ZUM BESTREUEN

- Backstreusalz
- getrocknete Kräuter