

# ROGGENSTANGERL

★★★★★ 4.8 bei 58 Bewertungen

Backen  
mit  
Christina



## Zubereitung

- 1 Aus den angegebenen Zutaten einen Germteig zubereiten – den Teig dabei nicht zu lange kneten, da Roggenteige nur ganz kurz geknetet werden sollen (max. 2-3 Minuten, ansonsten wird er sehr klebrig). Den Teig danach für ca. 1 Stunde zugedeckt rasten lassen.
- 2 Den Teig in ca. 10 gleich große Teile teilen und zu Stangerl formen. Diese auf ein Backblech legen und nochmals ca. 20 Minuten rasten lassen.
- 3 Die Weckerl mit Wasser besprühen und mit Roggenmehl besieben. Anschließend im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad mit viel Dampf für ca. 18 Minuten backen.



Anstelle von Roggenvollkorn-Sauerteigpulver & Germ kann natürlich auch 150 g frischer, aktiver Sauerteig verwendet werden.

## Zutaten

### FÜR CA. 10 WECKERL

#### TEIG

160 g	lauwarme Buttermilch
200 g	lauwarmes Wasser
400 g	Roggemehl 960
100 g	Weizenmehl 700
10 g	Salz
10 g	frische Germ
15 g	Roggenvollkorn-Sauerteigpulver

Roggemehl zum Besieben