

Benötigte Zutaten

120 g	Dinkelmehl
60 g	Roggenmehl
60 g	Haferflocken
200 g	gemischte Kerne (Sonnenblumen, Kürbis, Sesam)
1 TL	Salz
2 EL	Olivenöl
400 ml	Wasser
120 g	Premium Original Almkönig gerieben

Selbstgemachtes Knäckebrot

Nach den üppigen Festtagen gibt es in der Fernsehgartenküche von Iris Köck ein „schlankes“ Rezept, das uns in den nächsten Wochen begleiten kann – ein selbstgemachtes Knäckebrot.

Anleitung

1. Alle Zutaten (bis auf den Käse) gut miteinander verrühren und gut eine Stunde quellen lassen.

2. Die Masse dünn auf ein Backblech aufstreichen und im Backrohr bei 170 Grad gut eine Stunde in Summe trocknen lassen.

3. Nach ca. einer 1/4 Stunde das Blech aus dem Ofen nehmen, mit Käse bestreuen und mit einem Pizza-Rad in Scheiben schneiden, dann fertig backen.

4. Das Knäckebrot kann natürlich noch beliebig mit Kräutern, anderen Körnern oder auch Gewürzen abgewandelt werden.

Tipp: Für einen besonders hervorragenden Geschmack empfehlen wir als Topping unseren SalzburgMilch Original Almkönig.

Ein Rezept vom
ORF Fernsehgarten