

Urkornkräcker „kräck-kräck“

Zutaten

Vorteig

250g	Khorasan oder Einkorn Vollkornmehl „extrafein“
50ml	Olivenöl
100ml	Wasser
5g	Salz
15g	Honig oder Zucker
8g	Weinsteinbackpulver
ca.	3 EL Öl und 3 EL Wasser zum Bestreichen der Kräcker Kräuter, Salz, Käse etc. zum Bestreuen



Zubereitung

- Alle Zutaten in eine Knetschüssel geben. Auf kleiner Stufe kneten bis sich der Teig komplett vom Schüsselrand gelöst hat und eine geschmeidige, glatte Teigkugel entstanden ist
- Den Teig **30 Minuten** im Kühlschrank ruhen lassen
- Den Teig in **4 gleiche** Teile schneiden und jedes Teigstück auf einer unbemehlten, glatten Fläche dünn ausrollen
ich bemehle erst ganz leicht unter dem Teig, wenn er fertig ausgerollt ist. So lassen sich die ausgestochenen Teiglinge leichter aufnehmen und auf das Backblech legen
- mit einem Keksausstecher runde Formen ausstechen und auf ein Backblech legen
(Du kannst auch mit einem Teigrädchen oder Pizzaschneider kleine Ecken, Streifen oder Quadrate schneiden)
- **3 EL Öl** und **3 EL** Wasser verquirlen
- Die ausgestochenen Teiglinge mit dem Öl-Wasser-Gemisch bestreichen und mit Salz, Kräutersalz, Pizzagewürz, Chiliflocken, Käse oder beliebige Gewürze deiner Wahl aufstreuen
- **6 - 8 Minuten** bei **160°C O/U** backen