

## Weckle

### aus Mehlmischung Allesschmecker

#### Zutaten

500g	Mehlmischung „Allesschmecker“
5g	Flohsamenschalen
5g	Hefe
120g	Quark
5g	Honig oder Agavendicksaft
80g	Sauerteig (ASG) aus dem Kühlschrank
12g	Salz
420 ml	Wasser
12g	Öl



#### Zubereitung

- alle Zutaten in eine Kneteschüssel geben und **6 Minuten** kneten
- **30 Minuten** bei Raumtemperatur gehen lassen
- Teig nochmals kurz durchkneten
- eine quadratische Schüssel mit Öl auspinseln und den Teig hineinlegen
- Abgedeckt für **12 Stunden** in den Kühlschrank stellen
- Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche kippen und in **9-12** gleiche Stücke teilen
- zuerst rund schleifen. Dann **10 Minuten** entspannen lassen
- Anschließend länglich zusammenfalten und mit beiden Händen auf der Arbeitsfläche rollen. Dabei auf die beiden Enden etwas mehr Druck ausüben.
- Teigling mit Mehl bestäuben und mit Schluss nach unten auf einem Backblech **30-45 Minuten** bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Mit einem scharfen Messer oder Rasierklinge einschneiden
- Bei **230°C für 10 Minuten (O/U)** mit Dampf anbacken
- Ofentüre kurz öffnen und Dampf entweichen lassen. Temperatur auf **200°C** reduzieren und weitere **10-12 Minuten** backen