

Dinkel Quark Ecken mit Körner



Zubereitung

1. Ofen auf 180 Grad vorheizen (O/U Hitze)
2. Die Körner in eine Schüssel geben und vermengen.
3. Mehl, Quark, Salz, Packpulver in eine Schüssel geben und zu einem festen Teig verkneten.
4. Den Teig in 6 Teile teilen.
5. Zu einem Dreieck formen.
6. Das Dreieck in kaltes Wasser tauchen.
7. Dann in die Körner.
8. Die Ecken auf ein Backblech mit Backpapier legen und gute 20 bis 25 Minuten backen lassen.
9. Nach dem backen auskühlen lassen und dann genießen.

Zutaten für 6 Brötchen

- 300 g Dinkelmehl 630
- 500 g Magerquark
- 5 g Salz
- 1 Packung Backpulver
- Körnermix (ich hatte Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne und geschroteter Leinsamen)