

Knäckebrötchen mit Sonnenblumenkernen

ergibt 2 Blech

Zubereitungszeit 20 Minuten

Wartezeit 1 Stunde

Backzeit 20-25 Minuten



Zutaten



200 g (1,5 Tassen)
Dinkelmehl



100 ml (1 Tasse)
Wasser



50 g (0,5 Tassen)
Olivenöl



1 TL Salz

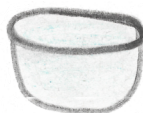


Sonnenblumenkerne

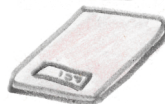


Mehl für die
Arbeitsfläche

Backgeräte



Schüssel



Küchenwaage
oder



Tasse



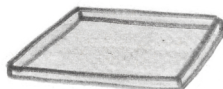
Teelöffel



Kochlöffel



Nudelholz



Backblech



Backpapier



Topfhandschuhe