

SAUERTEIG UND GEBÄCK

Sauerteigcracker mit getrockneten Kräutern

Dünne Cracker nach CarolAnn Leventhals Rezept. Dafür lässt sich Überschuss von reifem Sauerteig verwenden; der Teig muss nicht aufgehen.

Rezeptautor: CarolAnn Leventhal · King Arthur Baking



ZEIT

1 Stunde und 25 Minuten; Backzeit: 20-25 Minuten

ERGIBT

Etwa 100 kleine Cracker

Methode: Kneten, kühlen, dünn ausrollen und backen

Saison und Zutaten: Das ganze Jahr

Lagerung: Die Cracker vollständig auskühlen lassen, dann gut verpacken und bis zu einer Woche bei Raumtemperatur aufbewahren. Für längere Lagerung einfrieren.

Zutaten

- ☐ 227 g nicht unmittelbar zuvor gefütterter Sauerteig oder Sauerteigreste
- ☐ 113 g Vollkornmehl aus hellem Weizen (King Arthur Golden Wheat Flour)
- ☐ ½ Teelöffel Meersalzflocken
- ☐ 57 g ungesalzene Butter, zimmerwarm
- ☐ 2 Esslöffel getrocknete Kräuter nach Wahl, optional
- ☐ Öl zum Bestreichen
- ☐ Grobes Salz, zum Beispiel Meersalz oder koscheres Salz, zum Bestreuen

Zutaten mit Grammangabe abwiegen; Salzflocken mit einem Teelöffel und Kräuter mit einem Esslöffel abmessen.

Ausstattung

- ☐ Küchenwaage, Schüssel, Nudelholz, Backpapier, zwei Backbleche, Messer oder Pizzaschneider und Gabel.

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Quellen und Geschichte auf der Fermentarnia-Website
fermentarnia.com



Seite 1

REZEPT ONLINE

Sauerteigcracker mit getrockneten Kräutern / Fortsetzung

Zubereitung

1. Kneten und kühlen

Sauerteig, Mehl, Salz, Butter und Kräuter zu einem glatten, nicht klebrigen Teig vermischen. Halbieren und zu zwei flachen Rechtecken formen. Mit Folie abdecken und 30 Minuten bis etwa 2 Stunden kühlen, bis der Teig fest ist.

2. Ausrollen

Den Ofen auf etwa 175°C (350°F) vorheizen. Backpapier, Nudelholz und Teig leicht bemehlen. Jede Hälfte gleichmäßig etwa 1,6 mm dick (1/16 Zoll) ausrollen und mit dem Papier auf ein Blech ziehen.

3. Schneiden und einstechen

Mit Öl bestreichen, mit grobem Salz bestreuen und in Quadrate mit etwa 3,2 cm Seitenlänge (1¼ Zoll) schneiden. Jeden Cracker mehrmals mit einer Gabel einstechen. Die zweite Teighälfte ebenso vorbereiten.

4. Backen und abkühlen

20-25 Minuten backen, bis die Ränder zu bräunen beginnen. Nach der Hälfte der Backzeit die Bleche von oben nach unten tauschen und von vorn nach hinten drehen. Herausnehmen und die Bleche auf einem Gitter abkühlen lassen.

Tipps

Die Kräuter sind optional; nach eigenem Geschmack auswählen.

Das Einstechen mit einer Gabel verhindert, dass die Cracker beim Backen stark aufblähen.

So schmeckt es am besten

Mit Hummus servieren.

Unter der Lupe

Dünnere Teig, weniger Feuchtigkeit, mehr Knusprigkeit

Der Sauerteig liefert hier Mehl, Wasser und Geschmack; der Teig muss nicht wie ein Brot aufgehen. Sehr dünnes Ausrollen hilft ihm, im Ofen Feuchtigkeit zu verlieren. Ein geringer Wassergehalt macht die Cracker knusprig. Vor dem luftdichten Verpacken sollten sie deshalb vollständig abkühlen.

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Quellen und Geschichte auf der Fermentarnia-Website
fermentarnia.com



Seite 2

REZEPT ONLINE