

Knäckebrötchen mit Karotten & Giersch

Dieses köstliche Anis-Sesam-Knäckebrötchen habe ich bei den Rezepten von Tanja Grandits entdeckt. Himmlisch gut und geradezu eine ideale Grundlage für die Wildkräuterküche. Ich belege das Knäckebrötchen gerne mit Giersch und Karotten. Natürlich sind Eigenkreationen keine Grenzen gesetzt.

60 g Dinkelmehl
60 g feine Haferflocken
40 g Weizenkleie
25 g Sesam
1 TL gemahlene Aniskörner
1 TL Salz
3.5 dl Wasser
1 EL Sesamöl

Alles zusammen zu einem Teig verrühren und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech dünn ausstreichen. 3 EL Kürbiskerne und 3 EL Sonnenblumenkerne darüberstreuen und im 170 Grad heißen Backofen backen. Nach 15 Minuten herausnehmen und in die gewünschte Form schneiden, dann 45 Minuten fertig backen.

Das ausgekühlte Knäckebrötchen mit etwas Crème Fraîche oder Frischkäse bestreichen. Karotten an der Röstiraffel reiben, etwas Salz hinzugeben sowie etwas Zitronensaft und Honig. Den Giersch fein schneiden und zu den Karotten geben, sowie ein paar Cranberrys. Auf dem Knäckebrötchen anrichten und genießen!

En Quete

