



Käselaugen

Zeit: 45 Minuten Schwierigkeit: mittel



Zutaten (für 4 Personen)

- 1 TL Honig
- 1 Packung Trockenhefe
- 420 g Dinkelmehl (Type 630)
- 80 g weißer Maisgrieß
- 1 EL Salz
- 2 EL Olivenöl
- 100 g [Alma Bergkäse gerieben](#)
- Mehl zum Arbeiten
- Natronlauge (in der Apotheke erhältlich)

Zubereitung

1. Den Honig und die Hefe in 50 ml handwarmem Wasser verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat und sich kleine Bläschen bilden. Das Dinkelmehl mit dem Maisgrieß und dem Salz in eine große Schüssel geben. Das Olivenöl, die Hefemischung und 280 ml Wasser hinzugeben. Alle Zutaten mit Hilfe der Knethaken des Handrührgeräts oder einer Küchenmaschine miteinander vermengen und zu einem glatten Teig verkneten.
2. Anschließend den Teig in eine mit etwas Mehl bestäubte Schüssel geben, mit einem Geschirrtuch abdecken und bei Zimmertemperatur 1 Stunde gehen lassen. Den Backofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.
3. Eine Arbeitsfläche mit etwas Mehl bestäuben. Den Teig in 6 Stücke teilen und zu Kugeln formen. Die Teigkugeln platt drücken und zu oval ausrollen. Anschließend aufrollen und mit Natronlauge bestreichen. Die Laugenstangen etwa 10 Minuten ruhen lassen. Abschließend mit Käse bestreuen und für 20-25 Minuten backen.

Alma Tipp: Nach dem Backen kurz auskühlen lassen und mit Butter servieren.

Alma wünscht einen guten Appetit!