

# Kräuterladen Hollerblüte

## Kräuter-, Wildkräuter-, Wildobst-, Früchte- und Blütenrezepte

### Knäckebrot mit Wildkräuter-Gewürz-Mischung

#### Zutaten:

100 g Haferflocken  
50 g Leinsamen  
50 g Sesam  
50 g Sonnenblumenkerne  
150 g Dinkelvollkornmehl  
10 g Wildkräuter-Gewürz-Mischung (oder Blüten-und-Kräuter-Mischung)  
1 1/2 Teelöffel Wildes Kräutersalz, gemahlen  
750 ml Wasser  
2 Esslöffel Wildkräuteröl

#### Zubereitung:

Haferflocken, Leinsamen, Sesam, Sonnenblumenkerne und Wildkräuter-Gewürz-Mischung (oder Blüten-und-Kräuter-Mischung) in der Küchenmaschine zerkleinern.

Dinkelvollkornmehl und Kräutersalz dazugeben und gut miteinander mischen.

Wasser und Wildkräuteröl hinzufügen und alles zu einem dünnflüssigen Teig verrühren.

1/2 bis 1 Stunde quellen lassen.

Backofen auf 175°C vorheizen.

3 Backbleche mit Backpapier auslegen und den Teig darauf dünn verstreichen.

Im vorgeheizten Backofen 10 Minuten backen und dann mit einem Pizzaschneider in rechteckige Scheiben schneiden (ca. 9 breit und 12 cm lang).

Anschließend noch ca. 50 Minuten zu knusprigem Knäckebrot weiter backen.

Guten Appetit!