

Hefescheiben mit Gemüsefüllung

Teig:

- 250 g Wasser
- 10 g Hefe
- 10 g Salz
- je 2 Msp. Kümmelpulver, Paprikapulver, Pfeffer
- 2 El. frisch gehackte Kräuter: Basilikum, Petersilie
- 500 g Weizenvollkornmehl (davon 75 g Hartweizen oder Dinkel)
- 175 g weiche Butter

Füllung:

insgesamt ca. 500 g (Angebot der Saison)

z.B.

Zwiebeln - roh oder geröstet

Paprikastreifen - kurz gedünstet

Zucchinischeiben — sehr kurz angebraten

Porreescheiben - angedünstet und sehr wenig Sahne einziehen lassen.

Pilze - mit Zwiebeln und Knoblauch gebraten

Butter zum Bestreichen und Kräutersalz zum Bestreuen.

evtl. 2 El. grüne Pfefferkörner

1. Teigstufe:

Das Wasser in eine Schüssel geben, Hefe, Salz und Gewürze darin auflösen.

300 g frisch gemahlene Vollkornmehl einarbeiten.

Teigruhe in der Schüssel ca. 45 Minuten. Gut zugedeckt.

2. Teigstufe:

Die weiche Butter in den Teigansatz sehr gründlich einkneten, bis ein cremiger Teig entsteht.

Es folgen die restlichen 200 g Vollkornmehl.

Nach intensivem Einkneten in der Schüssel (ohne Streumehl!) müsste ein geschmeidiger Teig entstehen.

2. Teigruhe in der Schüssel ca. 1 Stunde (wegen Fettanteil).

Den Teig auf der Arbeitsplatte gründlich kneten, mit etwas Streumehl zu einer rechteckigen Teigplatte (ca. 30 x 40 cm) ausrollen.

Die Teigplatte zunächst mit etwas zerlassener Butter oder Öl bepinseln.

Das gewünschte Gemüse gleichmäßig auf die Platte verteilen, die lange Seite des Rechtecks vorsichtig, aber möglichst dicht aufrollen (dabei hilft eine "Teigkarte").

Nun den Teigschluss gut andrücken.

Mit einem scharfen Messer 1 ½ - 2 cm dicke Scheiben von der Rolle schneiden und mit etwas Abstand aufs gefettete Blech legen.

Die Scheiben mit zerlassener Butter bepinseln und mit einigen grünen bzw. zerstoßenen Pfefferkörnern belegen.

Bei 225° C ca. 25 - 30 Min. backen.

Mit Tornaten-Zwiebel-Sauce reichen oder aber auch kalt zum Buffet geben.