

## FRÜHLINGSSALAT MIT BROTLUMEN

### ZUTATEN

Zubereitung: ca. 1 Stunde

Aufgehen lassen: ca. 3 Stunden

Für 4 Personen

Backpapier für das Blech

2 Blumenausstecher von ca. 4 und 9 cm  
durchmesser

#### Hefeteig:

125 g Dinkelweissmehl

125 g Dinkelvollkornmehl

$\frac{3}{4}$  TL Salz

10 g Hefe, zerbröckelt

1,25-1,5 dl Milch, lauwarm

Kürbiskerne, gehackt, zum Garnieren

#### Frühlingssalat:

1 Handvoll Kresse

je einige Blättchen Eichblatt- und Kopfsalat,  
gerüstet

2 Scheiben Halbhartkäse, z.B. Kräuter-Joggeli, 5  
mm dick, ca. 100 g

#### Salatsauce:

2 EL Joghurt nature

1 EL Kräuternessig

2-3 EL Rapsöl

Salz

Pfeffer aus der Mühle



### ZUBEREITUNG

**1** Teig: Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Hefe in wenig Milch auflösen, mit restlicher Milch in die Mulde giessen. Zu einem geschmeidigen Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur aufs Doppelte aufgehen lassen.

**2** Aufgegangenen Teig auf wenig Mehl 1 cm dick auswallen. 4 Blumen (9 cm x) ausstechen, auf das mit Backpapier belegte Blech legen, garnieren. In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens 15-20 Minuten backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

**3** Salat auf Teller verteilen. Aus dem Käse Blumen (4 cm Durchmesser) ausstechen und in den Salat stecken.

**4** Sauce: Alle Zutaten verrühren, würzen. Sauce und Brotblumen zum Salat servieren.

