



## Benötigte Zutaten

1 Pkg.	Speck (gewürfelt)
100 g	Premium Original Almkönig oder Bergkäse gerieben
300 g	Weizenmehl glatt
100 g	Weizenvollkornmehl
100 g	Roggenmehl
150 ml	Wasser
150 ml	Premium Alpenmilch
1 EL	Honig
12 g	Germ frisch
1 EL	Salz
1 EL	Kümmel (ganz)

## Käse-Speckstangerl

Egal ob zu Schulbeginn oder für den Arbeitsalltag: Das Rezept von Fernsehgarten-Köchin Iris Köck passt auf alle Fälle. Sie bereitet dieses Mal selbstgemachte Käse-Speckstangerl zu.

### Anleitung

1. Milch und Wasser leicht erwärmen (max. 40°C).
2. Honig und Germ in der lauwarmen Flüssigkeit auflösen und beiseitestellen.
3. Kümmel am besten grob zerstoßen.
4. Alle trockenen Zutaten vermischen und Milch-Germmischung dazu geben.
5. Teig mit der Küchenmaschine 5 bis 10 Minuten kneten, bis er geschmeidig wird.
6. Den Germteig zudecken und an einem warmen Ort ca. 45 Minuten rasten lassen.
7. Anschließend den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle formen und in 12 Stücke teilen.
8. Jedes Teigstück zu einer Kugel rund schleifen. Die Teigkugeln abgedeckt unter einem feuchten Tuch 10 Minuten rasten lassen.
9. Die Teigkugeln länglich ausrollen und mit einigen Speckwürfeln bestreuen.
10. Den Teig von der längeren Seite her einrollen und die Enden gut verschließen. Die Stangerl auf ein Backblech legen und nochmals zugedeckt 10 Minuten rasten lassen.
11. Vor dem Backen die Stangerl mit Wasser besprühen und mit Käse bestreuen. Gebacken wird bei 200 °C für ca. 20 Minuten.

*SalzburgMilch*



Ein Rezept vom  
ORF Fernsehgarten