



Kantonaler Bäuerinnenverband
St. Gallen

GRISSINI

Zutaten:

350 g	Vollkornmehl
150 g	Bauernmehl
40 g	frische Hefe
13 g	Salz
200 ml	Wasser
80 g	Öl
2 TL	grobes Salz

Zubereitung:

Mehl, Hefe und Salz in einer Schüssel mischen. Wasser und Öl dazugeben. Zu einem weichen, glatten Teig kneten.

Bei Raumtemperatur ca. 1,5 h aufs Doppelte aufgehen lassen.

Anschliessend Teig in 48 Teile (ca. 17 g) zerteilen und 30 cm lange Grissini formen. Mit Wasser bepinseln und mit Salz bestreuen.

Backen: ca. 15-20 Minuten bei 200° Heissluft im vorgeheizten Ofen.

Tipp: Zusätzlich zum Salz kann auch gehackter Rosmarin oder Oregano auf die Grissini gestreut werden.



Erlebnis
Nahrig