

## **Rezepte mit Dinkel gesucht!**

### **Beitrag von „patti“ vom 12. September 2006 20:35**

Kürzlich habe ich ein Päckchen Dinkel aus dem Angebot eines Naturkostladens gekauft. Ich weiß gerade gar nicht, warum, das Päckchen hat mich im Laden einfach „angelacht“ und ich hatte Lust, diese „Alternative zu Reis“ (so steht auf der Packung) mal auszuprobieren. Nun steht diese Packung mit Dinkel hier herum, aber ich weiß gar nicht, was ich damit machen kann.

Hat jemand von euch gute Rezepte oder Tipps zur Verwendung des Dinkels? Irgendwas Tolles möchte ich nun schon daraus kochen! Immer her mit euren Ideen!

---

### **Beitrag von „Frutte55“ vom 12. September 2006 20:39**

Was hast du denn für Dinkel? Schrot, Körner, Mehl?

---

### **Beitrag von „patti“ vom 12. September 2006 21:13**

Das sind so Körner...

---

### **Beitrag von „schnita“ vom 12. September 2006 21:21**

Hallo!

Du kannst die Körner wie Reis benutzen. Zu Gemüse mit einer leckeren Soße...

Bei chefkoch.de habe ich mal ein gutes Rezept gefunden. Vielleicht schaust du da mal nach?

So ein richtiges Rezept habe ich nicht, aber ich benutze es eben wie Reis als Beilage.

So, dann guten Hunger, Schnita

---

**Beitrag von „MYlonith“ vom 12. September 2006 21:49**

Das ist dann aber mehr Grünkern. Dinkelkörner sind relativ hart.