

Fladenbrot homemade

Zutaten: (für 6 Fladenbrote)

- 2 TL Trockenhefe
- 1 TL Zucker
- 1.5 dl Milch, Zimmertemperatur
- 0.75 ml Wasser Zimmertemperatur
- 1 TL Salz
- 300 g Mehl
- 1 EL Olivenöl

Zubereitung:

Trockenhefe, Zucker, Milch und Wasser in ein Gefäss geben, gut mischen und ca. 10 Minuten stehen lassen, bis die Hefe leicht zu «schäumen» beginnt.

Das Mehl in eine Schüssel geben und mit dem Salz mischen.

Dann einen Esslöffel Olivenöl zur Hefe-Flüssigkeit geben, verrühren und alles zusammen zum Mehl geben und gut mischen. Die Masse dann auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und ca. 5 Minuten lang kräftig zu einem glatten Teig verkneten.

Den Teig zu einer Kugel formen und diese zurück in die Schüssel geben. Die Schüssel mit einem feuchten Tuch zudecken und den Teig ums Doppelte aufgehen lassen. Den Teig dann kurz durchkneten und in 6 gleichmässige Stücke schneiden. Die Teigstücke rund ausrollen (Durchmesser der Teigronellen knapp 20 cm).

Die Fladenbrote Stück für Stück in einer leicht eingeölte Bratpfanne je knapp zwei Minuten pro Seite backen.

Die frischgebackenen Fladenbrote in einem sauberen Küchentuch warmhalten, bis alle Fladenbrote fertig gebacken sind. Warm servieren.

Fladenbrot schmeckt perfekt zu Hummus und Tzatziki oder es kann mit aufgeschnittenem grilliertem Fleisch, Grillgemüse, Tomaten, Feta etc. gefüllt werden.



Schweizer Radio
und Fernsehen