

Rezept der Woche

Luftiges Fladenbrot

Zutaten:

500 g Mehl
10 g Salz
10 g Olivenöl
7 g Zucker
1 Würfel Hefe o. 1 Paket Trockenhefe
360 ml Wasser
1 Ei
Sesam
Schwarzkümmel
Öl für die Schüssel
Mehl für die Arbeitsfläche



Zubereitung

Das Mehl mit Salz und Zucker mischen. Die Hefe im Lauwarmen Wasser auflösen und mit dem Öl zum Mehl geben und alles zu einem weichen, glatten Teig verkneten. Den Teig in einer leicht geölten Schüssel ca. 1 ½ Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.

Den Teig danach auf einer bemehlten Arbeitsfläche kippen und teilen. Die Hälften jeweils vorsichtig in ovale Formen bringen. Die Teiglinge bedeckt weitere 20 Minuten ruhen lassen.

Nun die Teiglinge auf einem Backblech in die gewünschte Form bringen. Das Ei mit ca. 2 Esslöffeln Wasser vermischen und auf die Teiglinge streichen. Nun mit den Fingerspitzen tief eindrücken, bis fast kleine Löcher entstehen, und mit Sesam und Schwarzkümmel bestreuen.

Das Ganze noch einmal 20 Minuten ruhen lassen.

Bei 250 °C Ober-/ Unterhitze im vorgeheizten Backofen ca. 7- 10 Minuten backen.

Tipp: Das Brot schmeckt super zum Grillen oder wenn man es teilt und leicht mit Käse überbackt und anschließend wie ein Sandwich belegt.

Guten Appetit!