Rezept

Indisches Fladenbrot

Ein Rezept von Indisches Fladenbrot, am 29.04.2024

Zutaten

	Salz
4 EL	Ghee (nach Belieben)
200 g	Chapatimehl (Atta, ersatzweise Mehl Type 1050)
	Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 130 kcal

Zubereitung

1. Ca. ½ TL Salz in 120 ml Wasser auflösen. Mit dem Mehl mischen und in etwa 5-7 Min. zu einem weichen, geschmeidigen Teig kneten (ist der Teig zu trocken, Wasser zugeben). In Klarsichtfolie wickeln und 30 Min. ruhen lassen.

2. Aus dem Teig 8 Kugeln formen und auf bemehlter Arbeitsfläche nacheinander zu dünnen Fladen (ca. 20 cm {/o}) ausrollen.

3. Eine flache Pfanne (am besten Gusseisen- oder Crêpes-Pfanne) so heiß wie möglich erhitzen. 1 Fladen einlegen, das Mehl vorher gut abreiben. Ca. 30 Sek. backen und wenden. Sobald sich der Fladen aufzublähen beginnt, mit einem Küchentuch herunterdrücken. Evtl. nochmals wenden – die Chapatis sollten braune Flecken haben. Aus der Pfanne nehmen und warm halten, nach Belieben mit flüssigem Ghee bestreichen – so werden die Fladen weich und elastisch.