Rezept

Veganes Pfannenbrot mit Knoblauch-Dill-Dip

Ein Rezept von Veganes Pfannenbrot mit Knoblauch-Dill-Dip, am 27.04.2024

Zutaten

FÜR DEN DIP:

- **50 ml** Sojamilch
- **1/2 kleines Bund** Dill
- **1** kleine Knoblauchzehe
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- **1 TL** Apfel- oder Weißweinessig
- **1/4 TL** Pfeilwurzelstärke
- **120-150 ml** neutrales Pflanzenöl
- Salz

FÜR DAS BROT:

- **400 g** Dinkel- oder Weizenvollkornmehl
- **1 TL** Salz
- **1 TL** schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- **1 gehäufter TL** Backpulver
- **1 TL** Schwarzkümmelsaat
- **1 EL** neutrales Pflanzenöl

AUßERDEM:

- Dinkel- und Weizenvollkornmehl zum Verarbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 705 kcal

Zubereitung

1. Für den Dip die Hälfte der Sojamilch mit dem Essig in einen Standmixer oder in ein hohes Rührgefäß füllen und 3 Min. stehen lassen, bis sie ausflockt. In der Zwischenzeit den Dill waschen, trocken schütteln und ohne grobe Stängel fein hacken.

2. Die Pfeilwurzelstärke zur Sojamilch geben und kurz vermixen. Dann bei laufendem Mixer das Öl im dünnen Strahl hinzugießen, bis die Masse fest geworden ist. Den Knoblauch schälen, fein hacken oder pressen und zur Mayonnaise geben. Die übrige Sojamilch und den Dill unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Dip bis zur Verwendung in den Kühlschrank stellen.

3. Für das Brot alle Zutaten mit 230 ml lauwarmem Wasser mischen und mit einem Rührlöffel oder den Knethaken des Handrührgeräts rasch zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig zur Kugel formen und 10 Min. abgedeckt ruhen lassen.

4. Den Backofen auf 50° vorheizen. Den Teig in acht Portionen teilen und jede der bemehlten Arbeitsfläche zu einem dünnen Fladen von ca. 25 cm Ø ausrollen. Die Fladen einzeln in einer großen Pfanne ohne Fett bei starker Hitze 1-2 Min. backen, bis die Oberseite Blasen schlägt. Die Fladen wenden und weitere 20-30 Sek. von der anderen Seite backen. Fertige Fladen auf einen Teller legen und im Backofen warm halten. Die Fladen schmecken aber auch kalt.