

Rezept

Fladenbrot aus der eigenen Backstube

Ein Rezept von Fladenbrot aus der eigenen Backstube, am 28.09.2023

Zutaten

1 Würfel frische Hefe (42 g)	500 g Weizenmehl (Type 405 oder 550)
3 EL Olivenöl	2 TL Salz
1 Msp. Zucker	1 Msp. gemahlener Kreuzkümmel

Außerdem:

Olivenöl zum Verarbeiten	Mehl zum Verarbeiten
1 Eigelb zum Bestreichen	1 EL Sesamsamen zum Bestreuen
1 EL Schwarzkümmelsamen zum Bestreuen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Brote | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1085 kcal

Zubereitung

1. Die Hefe in 350 ml lauwarmes Wasser bröckeln und darin auflösen. Mehl, Öl, Salz, Zucker und Kreuzkümmel dazugeben und alles mit den Händen zu einem weichen Teig verkneten. Eine Schüssel mit etwas Öl einpinseln, den Teig zu einer Kugel formen, in die Schüssel legen und zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen.
2. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben. Den Teig aus der Schüssel nehmen, halbieren und die Hälften zu Kugeln formen. Die Kugeln mit einem Tuch bedecken und weitere 15 Min. ruhen lassen. Inzwischen den Ofen auf 250° (Umluft 225°) vorheizen. Zwei Backbleche mit Öl einfetten.
3. Die beiden Teigkugeln zu zwei runden, flachen Fladen (Ø ca. 28 cm) ausrollen und mit den Fingerspitzen kleine Dellen hineindrücken. Das Eigelb mit 3 EL Wasser verquirlen und die Fladen damit bestreichen. Die Sesam- und Schwarzkümmelsamen darüberstreuen. Die Brote auf die Backbleche legen und im heißen Backofen (Mitte) in 12-15 Min. hellbraun backen. Bei Umluft geht das gleichzeitig, bei Ober-/Unterhitze nacheinander.