

Rezept

Gefüllte Fladenbrote

Ein Rezept von Gefüllte Fladenbrote, am 09.06.2026

Zutaten

1 Portion Fladenbrotteig (links)	350 g Pellkartoffeln (vom Vortag)
1 Zwiebel	1 EL Ghee
½ TL Ajowan	½ TL Kurkumapulver
¼ TL Chilipulver	Salz
2 EL gehacktes Koriandergrün	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Fladenbrotteig zubereiten. Kartoffeln pellen und fein zerdrücken. Zwiebel schälen und fein hacken. Ghee erhitzen, darin Zwiebeln braten. Kartoffeln, zerstoßene Ajowankörner, Kurkuma-, Chilipulver, Salz und Koriandergrün zugeben und vermengen.
2. Teig zu 8 Fladen ausrollen. Kartoffelmasse in 8 Portionen teilen. Je 1 Portion auf einer Hälfte eines Fladens zerbröckeln, zum Halbkreis zuklappen und festdrücken. Mit Ghee bestreichen, zum Viertelkreis klappen und vorsichtig ausrollen. Fladenbrote (Parathas) wie links beschrieben in einer Pfanne mit Ghee ausbraten.