

Rezept

## Gewürztes Brot

Ein Rezept von Gewürztes Brot, am 09.06.2026

### Zutaten

<b>50 g</b> frischer Ingwer	<b>1</b> Zwiebel
<b>2</b> grüne Chilischoten	½ Bund Koriandergrün
<b>300 g</b> Vollkornmehl (Type 550)	<b>100 g</b> Kichererbsenmehl
<b>1</b> ½ TL Ajwain	<b>1 TL</b> Salz
<b>3 EL</b> Öl	<b>5 TL</b> Ghee
Mehl für die Arbeitsfläche	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 10 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 175 kcal

### Zubereitung

1. Den Ingwer und die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Chilischoten waschen, den Stielansatz entfernen und ebenfalls fein würfeln. Das Koriandergrün waschen und trockenschütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken.
2. Die beiden Mehlsorten mit dem Ingwer, der Zwiebel, Chili, Koriander, Ajwain, Salz, Öl und 170 ml lauwarmem Wasser in eine Schüssel geben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
3. Den Teig in 10 Portionen teilen und zu Kugeln formen. Die Teigkugeln auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Kreisen von etwa 12 cm Ø ausrollen.
4. Eine Tava oder eine Pfanne erhitzen und die ausgerollten Brote nacheinander bei mittlerer Hitze in 2 Min. pro Seite goldbraun braten. Dazwischen das Brot mit etwas Ghee bestreichen und mehrmals wenden.