

Rezept

Glutenfreies Fladenbrot

Ein Rezept von Glutenfreies Fladenbrot, am 16.03.2025

Zutaten

1 Würfel frische Hefe (42 g)	500 g glutenfreies Mehl, hell
250 g Quark, 20 % Fett	1 TL Meersalz
2 EL Olivenöl	3-4 EL Sesamsamen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 1 BROT (20 STÜCK) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min
| **Pro Portion** Ca. 125 kcal

Zubereitung

1. Hefe zerbröckeln und in 300 ml lauwarmem Wasser auflösen. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Quark, Hefewasser und Meersalz zugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgerätes zu einem gleichmäßig glatten Teig verarbeiten.
2. Teig auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und glatt streichen, mit etwas Mehl bestäuben und ca. 45 Min. bei Zimmertemperatur zugedeckt gehen lassen.
3. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen. Den Teig mit Olivenöl bestreichen und mit Sesam bestreuen. Das Fladenbrot im vorgeheizten Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen.