

Rezept

# Kichererbsenfladen

Ein Rezept von Kichererbsenfladen, am 18.04.2024

## Zutaten

**250 g** Kichererbsenmehl (gibt es beim Italiener oder im Asienladen) Olivenöl

Salz

grob gemahlener Pfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 1 Backblech: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min  
| **Pro Portion** Ca. 155 kcal

## Zubereitung

1. Das Kichererbsenmehl in einer Schüssel mit 675 ml lauwarmem Wasser verrühren. Mit dem Schneebesen so lange durchrühren, bis keine Klümpchen mehr im Teig zu sehen sind. Den Teig zugedeckt etwa 4 Std. stehen lassen.

---

2. Dann den Backofen auf 250° (Umluft 230°) vorheizen. Den Teig noch einmal durchrühren, 30 ml Öl und 1 TL Salz unterrühren. Das Backblech mit Öl einpinseln, den Teig einfüllen, er soll nicht höher als 1 cm sein. In den Ofen (Mitte) schieben und etwa 10 Min. backen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und weitere 5 Min. backen, bis die Oberfläche schön gebräunt ist. Aus dem Ofen nehmen, mit Pfeffer bemehlen, in Stücke schneiden und warm servieren.