

Rezept

Kleine Pitabrote

Ein Rezept von Kleine Pitabrote, am 04.12.2024

Zutaten

1 TL Koriandersaat	½ TL Kreuzkümmel
3 Stängel Koriandergrün (ersatzweise Petersilie)	90 g Weizenvollkornmehl
250 g Weizenmehl (Type 405)	1 TL Trockenhefe
1 TL Salz	1 EL Olivenöl
Mehl zum Arbeiten	Olivenöl zum Bestreichen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 5 Brote | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal

Zubereitung

1. Koriander und Kreuzkümmel im Mörser fein zerstoßen. Koriandergrün waschen, trocken schütteln und fein hacken. Gewürze, Koriandergrün, beide Mehlsorten, Hefe, Salz, Öl und 200 ml lauwarmes Wasser von Hand oder in der Küchenmaschine mit Knethaken auf kleinster Stufe glatt verkneten. Ist der Teig klebrig noch etwas Mehl unterkneten, ist er sehr fest noch etwas Wasser.
2. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 10 Min. durchkneten. Zurück in die Schüssel geben, mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Std. ruhen lassen.
3. Den Teig in 5 Portionen teilen, nochmals durchkneten und zu Kugeln formen. Diese zu länglichen Fladen ausrollen und dünn mit Öl bestreichen. Eine Pfanne erhitzen. Die Fladen darin nacheinander 7 - 10 Min. braten, bis sie sich aufblähen und leicht bräunen. Dabei mehrmals wenden. Warm servieren oder auf einem Rost abkühlen lassen.