

Rezept

Knoblauch-Naan

Ein Rezept von Knoblauch-Naan, am 22.09.2023

Zutaten

Für den Teig

400 g Weizenmehl Type 550	1 TL Trockenhefe
½ TL Zucker	1 TL Salz
120 ml Milch	2 EL Ghee (indisches Butterschmalz; ersatzweise Öl)
100 g zimmerwarmer Joghurt (3,5 % Fett)	

Für die Würzmischung

5 Stängel Koriandergrün	2 Knoblauchzehen
1 EL Ghee	

Ausserdem

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße 8 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 250 kcal, 7 g F, 7 g EW, 39 g KH

Zubereitung

1. Mehl, Hefe, Zucker und Salz in einer Schüssel vermischen. Milch mit Ghee handwarm erwärmen. Mit dem Joghurt zum Mehl-Mix geben und alles in 5-10 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Teig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen.
2. Für die Würzmischung das Koriandergrün waschen, trocken schütteln und samt feinen Stängeln hacken. Knoblauch schälen, hacken. Das Ghee in einem Topf schmelzen, den Knoblauch darin ca. 1 Min andünsten. Vom Herd nehmen. Den Koriander unterrühren.
3. Teig achteln und auf etwas Mehl zu Fladen von ca. 18 × 12 cm ausrollen. Fladen einzeln in einer heißen Pfanne ohne Fett ca. 3 Min. backen, bis Blasen entstehen. Fladen wenden, mit einem Pfannenwender nach unten drücken und weitere ca. 3 Min. backen. Danach herausnehmen, die Oberseite mit der Würzmischung bestreichen und die Brote in einem sauberen Geschirrtuch warm halten.