

Rezept

Pestofladen

Ein Rezept von Pestofladen, am 26.04.2024

Zutaten

200 g Mehl	150 g Weizenvollkornmehl
150 g fein gemahlener Buchweizen	½ Würfel Hefe (ca. 20 g)
1 Prise Zucker	50 g Pinienkerne
3 Knoblauchzehen	1 Bund Basilikum
70 g Parmesan	7 EL Olivenöl
250 g Joghurt	Salz
70 g Pecorino	Rapsöl für das Backblech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Fladen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal

Zubereitung

1. Beide Mehlsorten mit dem Buchweizen mischen, in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe dazubröckeln, mit Zucker und 100 ml lauwarmem Wasser verrühren. Den Teig zugedeckt 20 Min. gehen lassen.
2. Pinienkerne ohne Fett rösten. Knoblauch schälen. Basilikum waschen und trocken tupfen, die Blätter abzupfen. Parmesan reiben. Mit Pinienkernen, Knoblauch, Basilikum und 4 EL Öl pürieren.
3. Ein Backblech einfetten. Joghurt mit 1 TL Salz leicht erwärmen, mit Mehl, Vorteig und Pesto verkneten, bis der Teig glatt und geschmeidig ist. Den Teig zugedeckt 1 Std. gehen lassen. Den Pecorino reiben. Ofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen. Teig kneten, in 12 Stücke teilen und zu Kugeln formen, diese ca. 5 mm dick ausrollen. Die Fladen auf das Blech legen, mit übrigem Öl beträufeln, mit Pecorino bestreuen. Im Ofen (oben) 15-20 Min. backen.