

Fladenbrötchen

Zubereitung:

Das Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit Germ, Zucker und Salz gut vermischen. Wasser dazugeben und mit dem Handmixer zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis er doppelt so hoch ist. Noch einmal den Teig durchkneten und in 9 gleiche Stücke teilen. Die Teigstücke zu Kugeln formen und zu Fladen ausrollen (ca. 7 cm Durchmesser). Die Fladen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Olivenöl und Knoblauchzehen verrühren und die Fladen damit bestreichen, mit Kürbiskernen oder Sesam bestreuen und an einem warmen Ort ca. 15 Minuten gehen lassen. Im vorgeheizten Backrohr bei 200 °C ca. 20 Minuten backen.

Tipp:

Statt Sesam und Kürbiskernen kann man auch klein geschnittene Sardellenfilets oder fein gehackte getrocknete Tomaten aufstreuen.



Quelle:

Festtagsbäckerei

Peter Gradwohl, Renate Stix

Kochdauer: Mehr als 60 min

Schwierigkeit: Hobby-Koch

Menüart: Frühstück, Gebäck & Brot

Region: Österreich

Eigenschaften: vegan, basisch, vegetarisch

Zutaten für 9 Portionen:

- 500 g Mehl (glatt)
- 1 Packung Germ
- 1 TL Zucker
- 1 TL Salz
- 350 ml Wasser

Zum Bestreichen:

- 4 EL Olivenöl
- 2 Zehen Knoblauch (zerdrückt)

Zum Bestreuen:

- 20 g Sesam
- 20 g Kürbiskernen