

Fladenbrot



Zutaten für ca. 12 Fladen (je nach Größe)

- 500 g Dinkelmehl
- 1/2 Würfel Hefe
- 260 ml lauwarmes Wasser
- 1 TL Zucker
- 2 TL Salz
- 3 EL Rapsöl
- verschiedene Samen (Chia-, Leinsamen, Sesam)

Zubereitung

1. Das Mehl in eine Rührschüssel geben, Hefe in die Mitte hineinbröckeln, den Zucker auf die Hefe geben, das Salz an den Rand der Schüssel streuen, Öl und das lauwarme Wasser dazugeben. Alles zu einem glatten Teig kneten.
2. Abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen (ca. 1 - 2 Stunden)
3. Jeweils ca. 120 g schwere Teigportionen abschneiden und wie oben abgebildet formen. Kleine Mulden mit dem Finger hineindrücken, mit Wasser bestreichen und mit Chia-, Leinsamen und Sesam bestreuen.
4. Backofen auf 225°C vorheizen. Die Brötchen nochmals ca. 20 Minuten gehen lassen. Dann ca. 20 - 30 Minuten backen.
5. Auf einem Gitter abkühlen lassen oder gleich genießen.

Viel Freude beim Nachbacken!

