

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.

Orientalisches Pfannenbrot

- 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 gehäufte TL Salz
 - 1/2 Würfel frische Hefe
 - 1/4 Tasse Olivenöl
 - ca. 200 g Mehl
-
- Wasser und Salz in eine große Schüssel geben.
 - Die Hefe hineinbrocken. Mit einem Pürierstab (oder Handrührgerät) vermengen.
 - Das Öl dazugeben.
 - Das Mehl nach und nach hinzugeben, bis die Konsistenz des Teiges etwas weicher ist als bei Pizzateig. (Der Teig darf nicht zu zäh werden, weil er sich sonst nur schwer verarbeiten lässt.)
 - Den Teig zugedeckt mind. auf doppelte Größe aufgehen lassen.
 - Aus dem Teig kleine Kugeln formen (ca. eine Handvoll), etwas flach drücken, auf bemehlte Unterlage setzen und mit einem feuchten (nicht nassen) Tuch bedeckt weiter gehen lassen.
 - Teigkugeln auf großem Teller mit etw. Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen.
 - In gut vorgeheizter, beschichteter Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten.