

Kleine Schwarzkümmel-Fladenbrote



Zutaten für vier kleine Brote

100 g Dinkelmehl 630	1 TL Olivenöl
1 geh. TL Backpulver	20ml lauwarmes Wasser
½ TL Salz	40 g Joghurt
1 leicht geh. TL Schwarzkümmelsamen	

In einer Schüssel alle trockenen Zutaten vermischen, die übrigen Zutaten hinzugeben, verrühren und mit der Hand verkneten. Der Teig sollte gut formbar sein. Etwas Wasser hinzugeben, falls dieser zu trocken ist. Arbeitsfläche leicht bemehlen und die Teigkugel ausrollen. Mit einem Glas oder Förmchen (ca. 7cm Ø) zwei Kreise ausstechen. Übrigen Teig wieder verkneten, auswalken und zwei weitere Kreise ausstechen.

Auf dem Herd eine beschichtete Pfanne erhitzen (Stufe 7 von 9 möglichen Stufen). Die kleine Brote ohne Öl in die heiße Pfanne legen. Sobald die Unterseiten ein wenig Farbe bekommen, wenden und von der anderen Seite fertig backen.

Die vier kleinen Brote nach dem Backen mit einem Tuch abdecken und später z.B. mit dem Sellerie-Apfel-Salat servieren.

Guten Appetit!

Rezept gefunden bei www.herrgruenkocht.de

Stautenhof
MEIN BIOHOF