



Rezept

Schnelles Fladenbrot mit Dukkah

Ein Rezept von GU, am 17.09.2008

★★★★★ (8) 4 Kommentare

Zutaten

20 g frische Hefe (ersatzweise 1 knapper TL Trockenhefe)	1/4 TL Kreuzkümmelsamen (wer mag)
gut 1/2 TL feines Meersalz	300 g Mehl (Type 550, plus etwas mehr zum Ausrollen)
3 EL Haselnusskerne	1 EL Olivenöl
2 EL Sesamsamen	2 EL Pinienkerne
2 EL Kreuzkümmelsamen	2 EL Koriandersamen
1 TL Fleur de Sel/Maldon Meersalz	1 EL schwarze Pfefferkörner
	Olivenöl für die Pfanne und zum Dippen

Rezeptinfos

Portionsgröße ERGIBT 8-10 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min

Zubereitung

1. Für den Teig Hefe und 200 ml lauwarmes Wasser verrühren. Kreuzkümmel (wer mag) im Mörser fein mahlen, dann zusammen mit dem Mehl und dem Salz in einer großen Schüssel mischen. Aufgelöste Hefe und das Öl dazugießen und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Mit Mehl bestäuben und abgedeckt 15-30 Minuten gehen lassen.
2. In der Zwischenzeit das Dukkah zubereiten: Die Haselnüsse und die Pinienkerne im Blitzhacker nicht zu fein zerkleinern, dann mit dem Sesam in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett bei nicht zu großer Hitze goldbraun rösten. Aus der Pfanne nehmen, abkühlen lassen. Die Gewürze (bis auf das Salz) ebenfalls ohne Zugabe von Fett in der Pfanne einige Minuten bei mittlerer Hitze anrösten, dann im Mörser fein mahlen. Nüsse, Gewürze und Salz vermengen und in einem dunklen Behälter luftdicht verschlossen aufbewahren.
3. Backofen auf 80 °C (Umluft 60 °C) vorheizen. Den Teig noch mal kurz durchkneten, dann in mehr oder weniger gleich große Stücke teilen, 8-10 sollten es schon sein. Ein Teigstück auf der bemehlten Arbeitsfläche mit einem Nudelholz zu einem sehr dünnen und möglichst runden Fladen ausrollen. Parallel dazu eine große Pfanne heiß werden lassen (mittlere bis hohe Hitze). Dann etwas Olivenöl in die Pfanne geben, den ersten Fladen hineinlegen und mit wenig Öl beträufeln. Sobald die Unterseite erste dunklere Flecken bekommt (das geht sehr schnell!), Fladen wenden und fertig backen. In den Ofen geben und warm halten. Nach und nach aus den restlichen Teigstücken Fladenbrote zubereiten.
4. Fladenbrote, Olivenöl und Dukkah auf den Tisch stellen, sodass sich jeder selbst bedienen kann.