Fladen Brot

Schnelles Fladenbrot im Backofen mit diversen Körnern darauf.

Bilder









Zutaten

Menge
Zutat
250 g
Mehl glatt

3 TL
Backpulver
125 g
Joghurt natur
50 ml
Wasser
2 EL
Olivenöl
0.5 TL
Salz
2 EL
Sonnenblumenkerne

Zubereitung

Personen: 2
Erledigt
Zutaten
Beschreibung
Teig (5 Minuten)
☐
1.

250 g 250Mehl glatt in eine Schüssel geben, das nun mit
3 TL 3Backpulver und
0.5 TL 0.5Salz gut vermischen.
125 g 125Joghurt natur
2 EL 2Olivenöl und bis zu
50 ml 50Wasser hinzugeben und gut vermischen bis ein gut formbarer elastischer Teig entsteht.

Backen (20 Minuten)
☐
2.

Backrohr auf 200°C Umluft vorheizen. Den Teig teilen, zu zwei Kugeln formen und am Backblech mit Backpapier flach ausrollen.
2 EL 2Sonnenblumenkerne am Teig verteilen und festdrücken, damit sie nicht so leicht abfallen. Nun rund 10 bis 20 Minuten goldbraun backen.

Tipp

Die Backzeit richtet sich im Wesentlichen nach der Dicke des am Backblech aufgetragenen Teiges.
Anstelle der Sonnenblumenkerne kann man auch Kürbiskerne oder natürlich auch andere verwenden.
Man kann natürlich auch ein anderes Mehl wie beispielsweise Roggenmehl verwenden.

- Beilagen, Einlagen, Gebäck
- Light
- Alkohol
- Besuch
- Drucken
- PDF

- **Schwierigkeit**

  Leicht

- **Bewertung**

  Keine Bewertung

- **Zeitkategorie**

- **Zeit**

  25 Minuten

- **Nährwert**

- **Preiskategorie**

- **Punkte**

  0

Zurück zur Liste