



CHEFKOCH.DE



Tajine - Brot

Pfannenbrot

Es handelt sich um ein Rezept aus Tunesien, welches so oder so ähnlich in ganz Nordafrika anzutreffen ist. Das Wasser und das Salz in eine große Schüssel geben. Die Hefe hineinbrocken (alternativ können auch 2 P.

Trockenhefe verwendet werden. Dann dauert das Aufgehen aber länger!). Mit einem Pürierstab (wenn nicht vorhanden Handrührgerät) alles vermengen. Das Öl dazugeben. Das Mehl nach Bedarf hinzugeben. Die Konsistenz des Teiges sollte etwas weicher als bei Pizzateig sein. Der Teig darf nicht zu zäh und trocken sein, da er sonst nur träge aufgeht und nur schwer verarbeiten lässt.

Den Teig zugedeckt allermindestens auf die doppelte Größe aufgehen lassen. Das dauert je nach verwendeter Hefeart und Teigkonsistenz unterschiedlich lange. Aus dem Teig kleine Kugeln, die ca. eine Hand füllen, formen, etwas flach drücken und auf ein bemehltes Tablett setzen und mit einem feuchten (nicht nassem!!!) Tuch bedeckt gehen lassen. Die Kugeln nicht zu dicht aneinander setzen, da sie noch ca. um 1/3 aufgehen! Anschließend die Teigbälle auf einem großen Teller mit einer Pfütze Olivenöl mit dem Handballen zu einem flachen Fladen ziehen (soll aussehen wie ein Eierkuchen). In einer gut vorgeheizten Teflon-Pfanne auf Stufe 2,5 ohne Öl von beiden Seiten goldbraun braten. Am besten warm servieren!

Arbeitszeit: ca. 1 Std.
Ruhezeit: ca. 1 Std.
Schwierigkeitsgrad: normal
Kalorien p. P.: keine Angabe



Zutaten für 12 Portionen:

300 ml Wasser, lauwarm

1 TL Salz, gehäuft

1 Würfel Hefe, frische

½ Tasse/n Öl (Olivenöl)

400 g Mehl (ca. Angabe!)

Verfasser: yvjemal