



Fladenbrot

★★★★★

Brot

Vorbereitungszeit: 45 min **Kochzeit:** 12 min

Schwierigkeitsgrad: leicht **Portionen:** 2 **Quelle:**

malteotten.de

ZUTATEN

900 g Mehl

1 TL Salz

1 Würfel Hefe à 42 g

2 EL Hartweizengrieß

1 Ei(er)

1 TL Zucker

Olivenöl

Sesam

Schwarzkümmel

Salz, 4 grobe Körner davon

600 ml Wasser, lauwarmes

Fett für das Blech

Mehl für die Arbeitsfläche

Grieß für die Arbeitsfläche

ZUBEREITUNG

Mehl mit Salz in eine Rührschüssel sieben. Hefe in 600 ml lauwarmem Wasser glatt rühren und unter das Mehl mischen. Alles zu einem weichen Teig verarbeiten. Dabei ca. 5 Minuten kräftig durchkneten, bis der Teig nicht mehr an den Händen oder dem Knethaken der Küchenmaschine kleben bleibt. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

Backofen auf 250 °C (Gas: Stufe 5) vorheizen.

1 großes Backblech einfetten und mit Backpapier auslegen.

Den Teig mit etwas Mehl an den Händen noch einmal kurz durchkneten, dann in zwei Kugeln teilen. Die Arbeitsfläche mit Mehl und Grieß bestreuen und darauf die Kugeln mit den Händen (!) zu zwei runden Fladen von ungefähr 25 cm Durchmesser flachdrücken. Beide Fladen auf das Blech legen und weitere 10 Minuten gehen lassen. Dieses letzte Gehen ist wichtig, damit die Brote nachher schön fluffig sind.

Die Fingerspitzen nun einölen. Damit in jeden Fladen im Abstand von 4 - 5 cm ein Rautenmuster eindrücken. Ei mit Zucker und 1 EL Olivenöl verquirlen, die Brote mit dieser Mischung einpinseln.

Sesam und Schwarzkümmel über die Fladen streuen. Auf jeden Fladen 2 grobe Salzkörner legen (dies gibt ein besseres Aroma, weil insgesamt sehr wenig Salz im Teig ist).

Insgesamt 10 - 12 Minuten im heißen Ofen (200 °C - 220 °C goldbraun backen.

Achtung, jetzt kommt der Clou: Nach 5 - 6 Minuten Backzeit die Ofentür kurz öffnen und schnell 1/4 Tasse kaltes Wasser auf den Ofenboden gießen. Tür sofort wieder schließen, damit der Wasserdampf im Ofen bleibt und in die Brote einziehen kann. Dann zu Ende backen.