Pitta Fladenbrot

Rezept für 6 Pitta Fladenbrote. Ideal als Brot-Tasche für Fleischfüllungen, Schafskäse und Salate.

Zutaten:

400g Weizenmehl
1 Würfel Hefe (42g)
1 Eßlöffel Honig
250ml lauwarmes Wasser
8 Eßlöffel Olivenöl
2 Teelöffel Salz

etwas Mehl zum Formen
Butter für das Backblech
Zum Bestreuen nach Belieben:
2 Teelöffel Sesamsamen
1 Teelöffel schwarze Senfkörner oder Kreuzkümmel

Zubereitung

Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken. Hefe hineinbröckeln und den Honig über die Hefe verteilen. Das Wasser dazugießen und die Hefe zu einem Vorteig verrühren. Den Vorteig zugedeckt für etwa 15 Minuten gehen lassen.

Das restliche Mehl mit dem Olivenöl, Salz und dem Vorteig verkneten. Erneut für etwa 15 Minuten zugedeckt gehen lassen.

Backblech gut fetten. Den Teig noch einmal gründlich durchkneten bis er geschmeidig ist und sich vom Rand zu lösen beginnt. Den Teig mit einem Teigschaber in 6 gleichgroße Stücke teilen.

Die Teigstücke bemehlen und mit bemehlten Händen zu Teigfladen von etwa 15cm Durchmesser formen. Die Fladen auf dem Backbkech verteilen, mit einem Tuch zudecken und an einem warmen Ort weitere 15 Minuten gehen lassen. Das Teigvolumen muß sich mindestens um ein Drittel vergrößern.

Fladen mit einer Backnadel oder einem Holzstäbchen einstechen. Die Teigfladen mit Wasser besprühen und mit den Samen bestreuen. Samen etwas andrücken.

Die Pitta im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene bei 250 Grad für 25 bis 30 Minuten backen. Die Fladenbrote im ausgeschalteten Backofen noch etwa 5 Minuten ruhen lassen.