



Schnelles Fladenbrot

aus der Pfanne

Man kann beliebige Gewürze für den Teig verwenden. Das Fladenbrot schmeckt gut zu Salat oder mit Aufstrichen (z. B. Schafkäse-Joghurt- Aufstrich (<https://www.kochenundkueche.com/rezept/joghurt-schafkaese-aufstrich>)) oder Dips.



Beschreibung der Zubereitung

Für das **Fladenbrot** das Mehl in eine Schüssel geben, mit den anderen Zutaten vermischen und zu einem geschmeidigen Teig kneten. Den Teig in 10 Stücke teilen, zu dünnen Fladen ausrollen, diese ohne Fett in einer erhitzten Pfanne von beiden Seiten hellbraun und knusprig braten.

Rezept und Foto: aus „Brot, Gebäck & Brotaufstriche“

(<https://www.buecherquelle.at/shop/brot-gebaeck-brottaufstriche/>), S. 33

Zutaten für 5 Person(en)

100 g	Vollkornmehl (eventuell 150 g Weizenvollkornmehl und 50 g Maismehl oder Roggenmehl)
0.5 EL	Leinöl (oder anderes kalt gepresstes Pflanzenöl)
62.5 ml	Wasser
0.125 TL	Salz
1 TL	getrocknete Kräuter nach Belieben (z. B. Oregano, Thymian, Majoran, Rosmarin ...)


43

KALORIEN PRO PORTION


10

PERSON(EN)



Kreativ

Backkurse, Kochkurse, Bastelkurse, Brotbacken,
Zopfbacken



Kreativ Kulinarisch