

Jesus, wer bist du? 1

„Ich bin das Brot des Lebens“

Kreativ-Bausteine // Erlebnis

Rezept und Anleitung Fladenbrot-Teig

Für 6-7 kleine Mini-Fladen:

- > 500 g Mehl
- > 1 P. Trockenhefe oder 1 Würfel frische Hefe
- > 250 ml lauwarmes Wasser
- > etw. Salz
- > 1 TL Zucker
- > 125 ml Oliven- oder Sonnenblumenöl + etwas zusätzliches Öl
- > Feta- oder andere Käse-Würfelchen, getrocknete Tomaten, kleingeschnittene Oliven, rote Zwiebeln, Rosinen, grob gehackte Walnüsse, versch. Kräuter, Mohn, Sesam, usw. nach Belieben
- > nach Belieben versch. Brotaufstriche/Dips, Butter, Trauben, Käse, Frischkäse etc. und Getränke

Utensilien vor Ort

- > ggf. Teigrollen
- > Schüsseln für Zutaten
- > Teigschaber, großes Messer o. Ä. zum Zerteilen des Teigs
- > Backbleche und Backpapier/-folie
- > (Heißluft-) Backofen und Ofenhandschuhe
- > mehrere Backpinsel oder kleine Löffel
- > ggf. 1-2 Holzschaschlikspieße

Vorbereitung

1. Hefe, Wasser und Zucker mischen.
2. Öl, Mehl und Salz dazugeben und mit einem Rührgerät (Knethaken) rühren, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Falls er noch zu feucht ist, noch etwas Mehl zugeben.
3. Den Teig 20 Minuten bis ½ Stunde an einem warmen Ort gehen lassen – so, dass etwa die doppelte Teigmenge von vorher entsteht.

Mit den Kindern

4. Teig je nach Anzahl der Kinder teilen. Sie können nun nach Belieben kleine Leckereien wie kleingeschnittene Oliven, getrocknete Tomaten etc. einkneten. (Wem das zu viel Aufwand ist, der kann diesen Schritt einfach weglassen.)
5. Kleine Fladen aus dem Teig formen, Ränder mit einem Backpinsel mit etwas Öl bestreichen, Sesam, Mohn oder Kräuter draufstreuen und auf ein Blech mit Backpapier legen.
6. Noch mal ca. 10 Minuten gehen lassen.
7. Anschließend Blech je nach Backofen bei 160-180 Grad (Umluft) in den kalten Ofen schieben und ca. 10-20 Minuten backen, bis die Fladen goldbraun sind. Evtl. eine Ofenform mit Wasser in den Backofen stellen, damit die Oberfläche des Brotes nicht austrocknet.

Tipp // Wer nicht so viel Platz im Ofen hat, kann den Brotteig auch zu kleinen Brötchen formen und diese mit etwas Abstand nebeneinander aufs Blech setzen. Sollten sie zusammenbacken, kann man sie hinterher einfach auseinanderbrechen. (Temperatur und Backzeit müssen angepasst werden – am besten immer mal mit einem Holzspieß testen, ob der Teig schon durch ist.)

Tipp // Damit jedes Kind nach dem Backen seinen eigenen Mini-Fladen bekommt, ist es sinnvoll, aufzuschreiben, wessen Fladen wo auf dem Backblech liegt.

Tipp // Wer keine Zeit hat, mit den Kindern Fladenbrote zu backen, kann auch einfach fertige Aufbackbrötchen in den Ofen schieben oder Fladenbrote kaufen.

Hinweis // Bitte beim Essen mit den Kindern unbedingt auf mögliche Allergien oder Unverträglichkeiten achten!