



Pita-Brot

Zutaten

- 300 g Mehl
- 200 ml Wasser
- 4 cuillères à soupe Sonnenblumenöl
- 1 sachet Hefe
- 3 cubes Gemüse-Bouillon MAGGI
- 1 pincée Zucker in Pulverform

Zubereitung

1. Die Hefe in lauwarmem Wasser mit dem Zucker mischen und 15 Minuten stehen lassen.
2. Mehl und die zerbröckelten Brühwürfel in die Wasser-Hefe-Mischung hinzufügen und 5 Minuten kneten, bis Sie einen glatten und homogenen Teig erhalten. Fügen Sie das Öl hinzu und kneten Sie erneut 5 Minuten lang. Mit Frischhaltefolie abdecken und bei Raumtemperatur stehen lassen. Der Teig muss das Volumen verdoppeln. In 8 Stücke teilen und rund formen. Bedecke sie dann mit einem Tuch und lasse sie 30 Minuten stehen.
3. Auswahlen auf 5 mm dick und achten Sie darauf, dass Ihre Arbeitsplatte noch bemehlt ist.
4. Eine Pfanne stark erhitzen. Die Pfanne mit einem Papiertuch einölen. Legen Sie ein Fladenbrot auf die Pfanne und braten Sie bis kleine Blasen auf der Oberfläche erscheinen.

Nährwerte an

Kohlenhydrate	29.17 G
Energie	201.47 kcal
Fette	7.42 G
Protein	4.04 G

50 Minutes

8 Portionen