

Zusammen Brot backen

Rezept für ein Brot:

1 kg Mehl

40 g Hefe

1 Esslöffel Salz

ca. 600 ml lauwarmes Wasser

Anleitung: Löse die Hefe mit warmen Wasser auf und warte bis sie treibt. Dann mische diesen Brei mit Mehl, Salz und dem übrigen Wasser. Knete alles gut durch. Dann lässt du den Teig ungefähr eine Stunde ruhen. Forme und verziere das Brot mit Sonnenblumenkernen, wie es dir gefällt. Das Brot wird bei 200 Grad im Backofen gebacken. Ein großes Brot braucht etwa eine Stunde, kleine Brötchen ca. 30 min.

Rezept für ein orientalisches Fladenbrot:

2 Päckchen Trockenhefe (ca. 14 g)

Zucker, Olivenöl

Wasser, Salz

1 kg Mehl

Anleitung: Die Trockenhefe mit einer Prise Zucker und 100 ccl Wasser verrühren und ca. 10 Min. stehen lassen. Danach 50 ccl Olivenöl mit der Hefelösung verrühren und noch 500 ccl Wasser dazugießen, 1 EL Salz unterrühren. 1 kg Mehl mit der ganzen Flüssigkeit sehr gut verkneten, einen Ball formen, mit Olivenöl einreiben und zugedeckt aufgehen lassen. Backofen auf 250 Grad vorheizen, kleinere Teigbälle formen und auf bemehltem Tisch zu runden, sehr flachen Fladen auswallen (höchstens $\frac{1}{2}$ cm dick!); mit einer Gabel mehrmals einstechen, sonst bilden sich Blasen/Teigtaschen (dieser Effekt ist nur dann erwünscht, wenn die Taschen gefüllt werden sollen). Je zwei Fladen pro Backblech auf Mehl oder Backtrennpapier 5-10 Min. in der Mitte des Ofens nicht zu dunkel backen, da die Brote sonst hart werden. Am besten ganz frisch und warm essen: zum Warmhalten in Tücher einschlagen. Falls man ungesäuertes Brot herstellen will, lässt man einfach die Hefe weg. Die Fladen werden dann etwas flacher und knuspriger.