

Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

4 EL Mehl
2 EL Joghurt
Salz

Mein persönlicher Tipp

Schmecken am besten noch warm zu Suppen oder Bowls oder zum Auftunken von Currys und Chili. Wer will, kann die Fladen auch als Wrap-Ersatz verwenden und mit Frischkäse, Gemüse und Fisch oder Fleisch füllen.



Moritz Lenz

Experimentierfreudiger Genießer, der gerne kocht

Quellen:



Moritz Lenz: *Privatrezept*

Fladenbrot

flott selber machen!



Foto: Tobias Schneider-Lenz - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Gusto auf Brot, aber in der Brotlade herrscht gähnende Leere? Kein Problem – mit wenigen Zutaten und Handgriffen kann man ganz schnell Fladenbrot machen.
- Dazu Mehl mit Joghurt (es kann auch Wasser oder Buttermilch verwendet werden) und eine Prise Salz zu einem glatten Teig verarbeiten.
- Falls der Teig zu weich ist, noch etwas Mehl begeben.
- Den Teig in 4 Stücke teilen und mit einem Nudelholz 1-2 mm dick ausrollen.
- Eine beschichtete Pfanne auf den Herd stellen und erhitzen (Achtung: ohne Fett). Wenn die Pfanne heiß ist, den ersten Fladen einlegen. Wenn die Unterseite etwas gebräunt ist, wenden und fertig backen. Die Fladen so nacheinander backen.
- Wichtig ist, die Pfanne nach jedem Fladen mit etwas Küchenrolle auszuwischen, da Mehlstaub leicht verbrennt. Bis zum Servieren mit einem Tuch abdecken, damit sie nicht austrocknen.