

Einfache kleine Fladenbrote

Das Rezept von den einfachen kleinen Fladenbroten kann man mit und ohne Fleisch und auch warm oder kalt genießen. Da sollte für jeden etwas dabei sein.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 40 min

Koch/Backzeit: 20 min

Ruhezeit: 1,8 h

Gesamtzeit: 2,8 h



Zutaten

Für den Teig

400 g	Weizenmehl (Typ 480)
200 g	Dinkel-Vollkornmehl
1 TL	Salz
400 ml	Wasser (lauwarm)
1 Prise	Zucker
1 Würfel	Germ

Zum Bestreichen

1 Stk.	Ei
2 EL	Olivenöl
1 TL	Zucker

Zum Bestreuen

Nach Belieben	Sesamkörner
Nach Belieben	Mohn

Zubereitung

1. Für die einfachen **kleinen Fladenbrote** zuerst einen Germteig zubereiten. Dazu das Weizenmehl mit dem Dinkel-Vollkornmehl und dem Salz gründlich vermengen.

2. Dann eine Mulde in das Mehlgemisch geben und darein ca. 400 ml lauwarmes Wasser, die Prise Zucker und die Germ (zerbröselt) hineingeben. Das Gemisch kurz stehen lassen, bis sich die Germ aufgelöst hat.
3. Danach alles mit den Händen zu einem glatten und geschmeidigen Teig verkneten. Dieser darf leicht klebrig sein, aber nicht an den Händen haften. Dementsprechend kann es sein, dass eventuell noch etwas Mehl oder einen Schluck Wasser hinzugefügt werden muss.
4. Nun den Teig in einer leicht mit Mehl bestäubten Schüssel abgedeckt, an einem warmen Ort, ca. 60 Minuten ruhen lassen.
5. Anschließend den Teig in 6 gleich schwere Stücke teilen.
6. Jetzt jedes Stück zu einem ovalen Fladen auswalken.
7. Diese sollten nun auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech gelegt werden und abgedeckt weitere ca. 30 Minuten ruhen.
8. Kurz vor Ablauf der Ruhezeit das Ei mit dem Olivenöl und dem Zucker verschlagen. Parallel den Backofen auf ca. 200 °C Ober/Unterhitze vorheizen.
9. Dann die Fladen mit dem Ei-Gemisch gleichmäßig bestreichen.
10. Danach die Fladen nach belieben mit Sesam und Mohn bestreuen und anschließend im Ofen ca. 20 Minuten goldbraun backen.

11. Letztendlich die Fladen aus dem Ofen holen, mit einem trockenen Geschirrtuch ca. 15 Minuten abdecken und dann ohne Tuch abkühlen lassen. Danach können die Fladen zum Belegen oder füllen serviert werden.

Tipp

Die einfachen kleinen Fladenbrote kann man zum Beispiel einfach belegen und zur Jause servieren, zum Dippen verwenden, als Dönertasche befüllen oder als Beilage zum Grillen reichen. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.