

einfaches Fladenbrot

Personenanzahl: 4 Zubereitungszeit: 35min Kochzeit: 15min
Bewertung: Ein Genuss (5/5) Schwierigkeitsgrad: Idiotensicher (1/5)

Zutaten:

370g Wasser
20g Hefe
15g Zucker
550g Mehl, Typ 550
20g natives Olivenöl
1-2TL Salz
1 Ei
Schwarzer und weißer Sesam

Zubereitung:

1. Wasser, Zucker und Hefe erwärmen und auflösen (37Grad). Mehl, Öl und Salz zugeben und zu einem klebrigen Teig verkneten.
2. Eine große Schüssel mit ein wenig Olivenöl einstreichen und den Teig darin für 1.5 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen (ich nutze immer den Ofen auf 37Grad).
3. Anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit bemehlten Händen/ Teigschaber einigermaßen in eine nette Form bringen.
4. Nochmals abgedeckt für ca 20 Minuten gehen lassen. Achtung: ggf läuft der Teig weg, wer das Brot also gern etwas dicker möchte, dem würde ich z.B. einen Tortenring/ Backrahmen empfehlen.
5. Das Ei mit ein wenig Wasser verquirlen und auf das Brot streichen. Mit dem Sesam bestreuen.
6. Den Ofen auf 250Grad vorheizen und dann das Brot für 10-15 Minuten goldbraun backen. Bitte vorsichtig: je nachdem wie dick der Teig ist, variiert die Zeit!
Entweder warm servieren oder in einem Küchentuch eingewickelt auskühlen lassen. So wird es weicher.

