

Was GIBT'S ZU ESSEN?

6 STK

30
min

+1Std



PITA



Pita ist ein fluffiges Fladenbrot, das man von Griechenland bis Vorderasien kennt. In der Türkei heißt es Pide und in Marokko sagt man Baboub.

ZUTATEN

FRISCH

1 Packung Hefe mit Zimmertemperatur

AUS'M SCHRANK

300 gr Weizenmehl (450), 1 EL weißer Zucker, 1,5 TL Salz, 1 TL Olivenöl

1



Hefe und Zucker in 200 ml sehr warmen (nicht heiß!) Wasser auflösen und mind. 15 Minuten stehen lassen

2



Mehl und Salz in einer Schüssel verrühren

3



Hefewasser und Olivenöl zum Mehl geben

4



Hefewasser, Öl und Mehl zu einem Teig verkneten und mind. 7 Minuten kneten. Der Teig sollte glatt und elastisch sein.

5

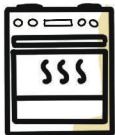


Den Teig abdecken (mit Küchentuch oder Klarsichtfolie) und mind. 1 Std. ruhen lassen.

Natürlich könnt ihr auch eine Küchenmaschine zum Kneten nutzen.



6



Backofen mit Blech auf 240°C Umluft vorheizen

7



Aus dem Teig 6 Bälle mit ca. 12 cm Durchmesser formen und je 3 auf ein Backpapier legen

8



Vorsichtig das Backpapier auf das heiße Blech heben und die Pita 6-7 Minuten backen.

Die Pita eignen sich super zum Füllen. Z.Bsp. mit Falafel und Salat.