

Afrikanisches Fladenbrot Chapati (5 große oder 10 kleine)

Menge	Zutaten	Zubereitung
500 g	Mehl	Mehl und Salz vermengen, dann in der Mitte ein Loch machen und das Öl hinzugeben. Mit den Fingern das Öl so vermengen, dass eine krümelige Struktur entsteht. Anschließend das Wasser beifügen und den Teig sehr gut kneten, solange bis ein schöner homogener Teig entstanden ist. Er soll weder kleben noch zu trocken sein. In 5 oder 10 Teile teilen und zu Kugeln abdrehen. Nun 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
10 g	Salz	
30 ml	Öl	
250 ml	Wasser	



Das Chapati rund und dünn auswellen, 2 TL Öl auf dem Chapati verstreichen und mit dem Löffel Rillen im Abstand von ca. 1 cm ziehen. Nun parallel zu den Rillen das Chapati eng zusammenrollen.



Den zusammengerollten Teigstrang leicht ziehend auf das Arbeitsbrett **klopfen**. Dabei den Strang mit beiden Händen an jeweils einem Ende halten und ähnlich wie zum Seilspringen bewegen - nur eben nur nach oben und unten. Hier zeigt sich, ob der Teig gut geknetet wurde: lässt er sich gut ziehen, ist es ein guter Teig.

Den nun langgezogenen Teigstrang zu einer Schneckennudel zusammenrollen und das Ende in die Mitte drücken. Wieder ca. 30 Minuten abgedeckt entspannen lassen.



Den Teig auf etwas Mehl rund ausrollen (auf etwa 2mm Dicke) und wieder ruhen lassen.

Nun bei mittlerer Hitze das Chapati ohne Fett in eine Pfanne geben, dabei mit den Fingern um sich selbst drehen, um eine gleichmäßige Bräunung zu erhalten. Mehrmals wenden und fertigbacken. Vorsicht die dünnen Schichten brennen leicht an!

