

Fladenbrot



Menge	Zutaten	Zubereitung
450 g	Mehl	In eine Schüssel geben
1 TL	Salz	
½ Würfel	Hefe	Hefe im warmen Wasser auflösen, zum Mehl geben, ca. 5 Minuten durchkneten, abdecken und an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.
320 ml	Wasser, warm	
1 EL	Hartweizengrieß	Ofen auf 250 °C vorheizen, Blech mit Backpapier belegen. Backbrett mit Mehl und dem Grieß bestreuen, Teig zu einem runden Fladen drücken, nochmals 15 Minuten gehen lassen.
½	Ei	Zutaten in einer Schüssel vermischen, Fingerspitzen in Öl eintauchen und Löcher gleichmäßig eindrücken, mit der Mischung einpinseln.
1 EL	Olivenöl	
1 Prise	Zucker	
1 Prise	Salz	
	Sesam und Schwarzkümmel	Nach Geschmack über den Fladen streuen. Ofen auf 200 ° C herunterschalten, Fladen ca. 10-12 Minuten backen. Nach 5 Minuten Backzeit eine Tasse kaltes Wasser in den Ofen gießen(= schwaden)