



Geschmack & Technologie

Flatbread Teig (Fladenbrot)

Rezepturnummer: ER2500769

Ausgangsmaterial:

0.60 kg Mehl, Typ 450
0.40 kg Wasser ca 30°C
50 g Natives Olivenöl extra
80 g Trockenhefe

Gewürze & Hilfsmittel:

20 g Meersalz VLOG halal 910236068803
10 g CUBANA VLOG halal074200

Ablauf der Verarbeitung:

Zubereitung

Wasser in eine Schüssel geben, Zucker und Hefe darin auflösen. Öl dazugeben.

Mehl einsieben, vermischen, Salz darübergeben und zu einen Teig kneten. Ziehen, falten etc., bis der Teig nicht mehr klebrig ist (evtl. noch etwas Mehl dazugeben).

Mindestens 1 Std. abgedeckt im Raum gehen lassen. Dann über Nacht in den Kühlschrank geben, oder auch weiterverarbeiten.

Langes, kaltes Reifen hilft dem Geschmack und der Verdaulichkeit.

Portionen abstechen, Kugeln formen wie bei Pizzateig, diese nochmals mindestens 1 Std. im Raum gehen lassen.

Die Bällchen jeweils gut einmehlen, und dann auf der Arbeitsfläche dünn auswellen.

Das Mehl vom Fladen abschütteln und den Fladen dann in einer heißen Teflonpfanne ohne Öl backen. Dabei immer mal checken und bewegen.

Den fertigen Fladen in eine zweite, kalte Pfanne mit Deckel geben, dort mit etwas Wasser aus einem Zerstäuber einsprühen. Deckel auflegen (so bleiben die Fladen elastisch).

Vorm nächsten Fladen aus der Pfanne das gebräunte Mehl kurz trocken auswischen.

Die Fladen direkt verbrauchen im Kühlschrank lagern oder einfrieren.

Zutaten:

Die vorliegende Anwendungsrezeptur ist eine Herstellungsempfehlung auf Basis praktischer Erfahrungen und aktuell geltender lebensmittelrechtlicher Vorschriften innerhalb Deutschlands und der EU. Für die praktische Umsetzung der Rezeptur beim Anwender übernimmt AVO keine Haftung. Ebenso ist der Hersteller oder Inverkehrbringer verpflichtet die Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben des jeweiligen Bestimmungslandes für das Erzeugnis sicher zu stellen.



Geschmack & Technologie

Mehl (WEIZEN), Trinkwasser, Hefe, Speiseöl, Meersalz,
Rohrohrzucker

Nährwerte:

Brennwert 240 Kcal

Brennwert 1014 KJ

Eiweiß 8.2 g

Kohlenhydrate 39.3 g

Zucker 1.6 g

Fett 4.9 g

gesättigte Fettsäuren 0.7 g

Salz 1.8 g

Die vorliegende Anwendungsrezeptur ist eine Herstellungsempfehlung auf Basis praktischer Erfahrungen und aktuell geltender lebensmittelrechtlicher Vorschriften innerhalb Deutschlands und der EU. Für die praktische Umsetzung der Rezeptur beim Anwender übernimmt AVO keine Haftung. Ebenso ist der Hersteller oder Inverkehrbringer verpflichtet die Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben des jeweiligen Bestimmungslandes für das Erzeugnis sicher zu stellen.