

# Rezept des Monats

Januar 2022

## Sesam-Vollkornfladen

### Zutaten:

600	gr	Weizenvollkornmehl
400	ml	Wasser, lauwarm
10	gr	Salz
1	Würfel	Hefe, frisch
40	gr	Sesam

1. Lösen Sie den Würfel Hefe im lauwarmen Wasser auf.
2. Geben Sie das Mehl sowie Salz in die Schüssel und verkneten es zu einem glatten Teig.
3. Decken Sie den Teig ab und lassen ihn an einem warmen Ort ca. 40 Minuten gehen.
4. Formen Sie nun 12 Fladen aus dem Teig und legen diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech.
5. Lassen Sie die Fladen nochmals 20 Minuten gehen.
6. Heizen Sie den Backofen auf 210°C Ober-/Unterhitze vor.
7. Bepinseln Sie die Fladen mit etwas Wasser und bestreuen sie mit Sesam.
8. Schieben Sie das Blech für 20 Minuten in den vorgeheizten Ofen.