

Fladenbrot

Backmischung

lockeres Weizenbrot

1000 g und 2500 g netto

Die unten angegebenen Zutaten vermischen und mit der Küchenmaschine 12 Minuten im schnellsten Gang durchkneten. Stücke von ca. 300 g abwiegen, rundwiegen und ca. 30 Minuten gehen lassen. Fladen auf das geölte Backblech legen, Hände nass machen und Fladen mit allen Fingern auseinanderziehen. Je nach Geschmack mit Sesam, Mohn oder türkischem Kümmel bestreuen und ca. 50 Minuten gehen lassen. Backofen auf die größtmögliche Hitze aufheizen (ca. 250°C) und den Fladen 15 Minuten abbacken.

TIP: Es empfiehlt sich zur Dampfbildung einen Behälter mit Wasser in den Herd zu setzen.

Mischung	Wasser	Hefe
500 g	330 ml	25 g
1000 g	670 ml	50 g

Teig kann im Backautomat zubereitet werden.

Zutaten: Weizenmehl, jod. Salz, Weizengluten, Maismehl (teils geröstet), Weizenmalz, Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt pro 100 g	
Energie	1400 kJ (334 kcal)
Fett	1,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g
Kohlenhydrate	68,7 g
davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	12,0 g
Salz	2,3 g
Die Nährwertangaben basieren auf dem Bundeslebensmittelschlüssel und Lieferantenangaben. Wir weisen darauf hin, dass es sich hier um Naturprodukte handelt, die den natürlichen Schwankungen unterliegen.	