Pita Brot | Mediterranes Brotgewürz

Dauer:	2 h 29 min
Schwierigkeit:	Leicht
Zusatzinfos:	Vegan

Rezept für 4 Personen

Equipment:

1	Schüssel oder Küchenmaschine
1	Pizza- oder Brotbackstein

Gewürze & Zutaten:

200 g	Dinkelmehl, Typ 630
50 g	Dinkelvollkornmehl plus Mehl zum bestäuben
1 EL	Mediterranes Brotgewürz
10 g	Salz
1 TL	Zucker
1 TL	Trockenhefe
165 g	lauwarmes Wasser
1 EL	Olivenöl plus etwas Öl zum bestreichen

Zubereitung

Zubereitung

1	In einer großen Schüssel Vollkorn- und Dinkelmehl, Brotgewürz, Salz, Zucker und Trockenhefe verrühren. Das Wasser und das Öl hinzugeben. Alles zu einem gleichmäßig- elastischem Teig kneten.
2	Eine Kugel formen, mit etwas Olivenöl bestreichen und den Teig in einer Schüssel mit einem Geschirrtuch abgedeckt an einem warmen Ort etwa 1,5 Stunden lang gehen lassen.
3	Ofen mit Brotbackstein auf 250°C Ober- Unterhitze vorheizen.
4	Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche stürzen. Den Teig kurz kneten, anschließend eine Kugel formen und in 4 gleiche Portionen teilen.
5	Nach Bedarf, um ein Anhaften zu verhindern, mit Vollkornmehl bestäuben und jede Portion zu einer Kugel „schleifen“ und erneut 30 Minuten ruhen lassen.
6	Nun die einzelnen Kugeln vorsichtig mit den Händen oder einem Rollholz zu runden Fladen von etwa 15 cm Durchmesser formen. Nicht zu fest rollen oder drücken, sodass vorhandene Luftblasen erhalten bleiben und stets gut mit Mehl bestäuben, damit nichts kleben bleibt.

Copyright © 2025 Gewürzmühle Rosenheim

7 Jetzt die Pita-Fladen auf 2 Mal für etwa 2 Minuten auf dem heißen Backstein leicht golden backen. Die Pita-Brote sollten dabei aufgehen und die typische Lufttasche in der Mitte bilden.

8 Zum Abkühlen in eine mit einem Geschirrtuch ausgelegte Schüssel geben und das Tuch über den Broten schließen.

Copyright © 2025 Gewürzmühle Rosenheim