

Hauchdünne Knusperfladen mit Rapsöl



Zutaten:

Zutaten

- 500 g Mehl (Typ 405)
- ½ Hefewürfel, frisch
- 300 ml lauwarmes Wasser
- 1 TL Salz
- 1 Prise Salz
- 4-5 EL Rapsöl
- (nochmal etwas Öl zum Bestreichen der Fladen)
- Salz und Oregano zum Bestreuen



Zubereitung

Zubereitung

Das Mehl in eine Rührschüssel geben. Den Hefewürfel zerbröseln und in einem Glas mit etwas lauwarmen Wasser und einer Prise Zucker auflösen. In das Mehl mittig eine Mulde drücken und das Wasser-Hefegemisch damit füllen. Mit etwas Mehl abdecken und zugedeckt etwa 30 Minuten gehen lassen (bis es schäumt). Mit dem Knethaken eines Handrührgerätes auf langsamer Stufe verrühren. Salz und Öl hinzufügen. Dann nach und nach Wasser zugießen, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Nochmals 3 Minuten langsam rühren.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen kneten und zu einer Kugel formen. In einer leicht geölten Schüssel zugedeckt 1,5-2 Stunden gehen lassen.

Danach mit den Händen 5 Minuten gut durchkneten und in mehrere Tennisball große Kugeln rollen. Auf einem bemehlten Blech unter einem Tuch 1-2 Stunden ruhen lassen.

Mit dem Rollholz hauchdünns ausrollen. Backblech mit Backpapier auslegen. Den dünnen Teig darauf ausbreiten und mit Öl und etwas Wasser bepinseln. Mit Salz bestreuen.

Den Backofen auf 200°C (Umluft) vorheizen.

Die dünnen Brot in den heißen Ofen schieben und nochmals mit einigen wassertropfen besprenkeln. Anschließend Ofentüre schließen und die Fladen knusprig backen (5-8 Minuten).

Vor dem Servieren mit getrocknetem Oregano bestreuen.

Tipp: Lässt sich gut in einer Box aufbewahren.