



Naanbrot aus regionalen Biogetreide

Naan ist eine Brotsorte, die vor allem Asien und vorderen Orient meist als Beilage zu heißen Speisen gegessen wird. Es hat eine flache, fladenartige Form. Geschmacklich ähnelt es dem Pizzaboden oder auch dem Stockbrot. Traditionell wird es aus gesäuertem Teig hergestellt. Heute verwendet man häufig Weizen, während ursprünglich Hirse dafür benutzt wurde.

Folgende Zutaten braucht ihr:

- 500 g Mehl
- 150 ml lauwarme Milch
- 2,5 EL Zucker
- 2 TL Trockenhefe
- 1 TL Backpulver
- 2 EL Pflanzenöl
- 150 ml Vollmilchjoghurt
- großes Ei
- Salz

Zubereitung:

- Das Mehl in eine große Schüssel geben, 1/2 TL Salz, Trockenhefe und Backpulver untermischen
- 2 EL Zucker, 2 EL Pflanzenöl, Joghurt und das leicht geschlagene Ei zufügen
- 10 Minuten durchkneten, bis der Teig glatt und geschmeidig ist
- 1/4 TL Öl in eine Schüssel geben und die Teigkugel darin herumrollen, zudecken und ca. 1 h gehen lassen
- Teig erneut durchkneten, in 6 gleich große Kugeln teilen und mit einem Tuch bedecken
- Die erste Kugel mit etwas Mehl dünn auswallen
- Beschichtete Pfanne sehr heiß werden lassen. Erst dann den Fladen draufgeben und braten, bis er Blasen wirft, dann umdrehen.
- Erst, wenn die Pfanne sehr heiß ist (ich verwende eine italienische Piadina-Platte), den Fladen draufgeben. Auf einer Seite braten, bis er Blasen wirft. Dann noch kurz umdrehen (Vorsicht, jetzt kann das Naan leicht verbrennen!) und die andere Seite kurz bräunen.

Guten Appetit!