



Marokanische Kichererbsenfladen

Zutaten für 5 Fladen:

s'Dampfel:

20 g Germ
1 EL Brauner Zucker
100 ml Wasser, lauwarm
mit etwas glattem Mehl (W700) stauben

500 g Weizenmehl, Type W700
200 g Kichererbsenmus, selbst gegart oder aus der Dose
180 ml Wasser, lauwarm
2 TL Salz
1 gr. TL Kreuzkümmel, leicht angedrückt
1 gr. TL Koriandersamen, leicht angedrückt

Herstellung:

1. Germ mit Zucker und 100 ml lauwarme Wasser auflösen, mit glattem Mehl stauben an einen warmen Ort gehen lassen.
2. (Alle Zutaten in die Kenwood geben und 5 Minuten abarbeiten lassen.)
3. Mehl mit Salz auf der Arbeitsfläche vermengen und in der Mitte eine tellergroße Mulde machen.
4. Die Germmischung, 180 ml lauwarmen Wassers das Kichererbsenmus den Kreuzkümmel und die Koriandersamen in die Mulde geben.
5. Mit den Fingern einer Hand in kreisenden Bewegungen nach und nach von dem umgebenden Mehl einarbeiten.
6. Jetzt knete den Brotteig 5 Minuten gut ab.
7. Teig oben dünn mit Mehl bestreuen, zu einem rundlichen Laib formen. In eine bemehlte Schüssel geben und mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken.
8. Ca. 30 Minuten an einen warmen Ort gehen lassen bis sich das Volumen verdoppelt hat.
9. In 5 Portionen teilen und ca. 0,5 cm dick ausrollen und mit den Händen vorsichtig zu leicht unregelmäßigen Fladen ausziehen.
10. Im Backofen auf 220°C vorheizen - oder auf dem Grill.
11. Je nachdem, wie groß der Backofen ist, schiebst du die Fladen auf einem Gitterrost paarweise hinein (also ohne Ruhezeit) und bäckst sie ca. 4 Minuten. Du wirst staunen wie sie sich dabei aufplustern.