



Arabischer Hefeteig khamirat aleajin

Ein Hefeteig ist ein Teig, der hauptsächlich aus Mehl, Wasser und Hefe besteht. Hefe ist ein einzelliger Pilz, der Zucker in Kohlendioxid und Alkohol umwandelt, wodurch der Teig aufgeht und eine lockere Struktur erhält. Je nach Art des Gebäcks können weitere Zutaten wie Salz, Zucker, Milch, Fett, Eier oder Früchte hinzugefügt werden.

Hefeteig wird in vielen verschiedenen Backwaren verwendet, von Brot und Brötchen bis hin zu süßen Gebäckstücken wie Kuchen, Hefezopf und Krapfen.

Herkunft: Palästina

Kategorie: Hauptspeisen, Mehlspeisen

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 1 Stunde(n)

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Weizenmehl

20 g Hefe

1 TL Salz

250 ml Wasser



Fladenbrot

Vorbereitung

Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde machen und die Hefe hineinbröckeln. Mit etwas lauwarmem Wasser auflösen.

Salz auf den Mehlrand streuen, dann etwa $\frac{1}{4}$ l Wasser in die Mitte gießen und mit dem Mehl gründlich verkneten. Den Teigball mindestens 10 Minuten kräftig durchwälzen, bis er geschmeidig ist und glänzt. Zugedeckt an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen.

Zubereitung

Den Teig in 16 gleich große Bällchen teilen und zu runden Fladen von etwa 12 cm Durchmesser ausrollen.