

Italienische Rezepte

Fladenbrote mit Pinienkernen, Salbei, Fenchel und Rosmarin

Anzahl: 4 Brote

Gattung: Backen, Brot, Italien, Pikant, Pinienkerne

500 g	Backmischung "Panino" (*)	2	Teel. Grobes Meersalz
	Fertigmischung v. Diamant	2	Teel. Fenchelsaat
1	Becher Trockenhefe	1	Essl. Rosmarinnadeln
320 ml	Wasser	20	Salbeiblätter
1	Eiweiß	4	Essl. Olivenöl
60 g	Pinienkerne		Mehl zum Bearbeiten

(*) Statt der Backmischung kann man auch Weizenmehl Type 550 verwenden. Wer will setzt dem Mehl noch etwas Sauerteig zu. Ich habe einen Natursauerteig (150 Gramm) aus dem Bioladen genommen und auch ein gutes Ergebnis erzielt.

Backmischung, Trockenhefe und lauwarmes Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

Für jedes Brot ein Backblech mit Backtrennpapier auslegen. Den Teig nochmals durchkneten und entsprechend der Anzahl der Brote in gleich große Stücke teilen. Jedes Teigstück auf der bemehlten Arbeitsfläche zu einem 3 mm dünnen Fladen ausrollen. Je einen Teigfladen auf jeweils ein Blech legen und sehr dünn mit Eiweiß bepinseln.

Pinienkerne, Meersalz, Fenchelsaat, Rosmarinnadeln und Salbeiblätter auf den Fladen verteilen und je einem Esslöffel Olivenöl beträufeln.

Die Fladen nacheinander im vorgeheizten Backofen auf der 3. Einschubleiste von unten bei 200 Grad C (Gas 3) 15 bis 20 Minuten backen. (Bei Umluft 180 Grad können in 10-15 Minuten bei die Fladen gleichzeitig gebacken werden, müssen aber nach der Hälfte der Zeit die Plätze tauschen.) Die Fladenbrote etwas abkühlen lassen und servieren.