

# Fladen-Brot

von Traudl Grubmüller

(12 mittelgroße Fladen)

- 600 g Weizenvollkornmehl
- 1 Würfel Hefe
- 1/2 Tl. Honig
- 1/4 l lauwarmes Wasser
- 2 El. Schmand
- 8 El. Olivenöl
- 1 Tl. Vollmeersalz
- 1/2 Tl. gemahlener Koriander
- 1/2 Tl. " Kümmel

Hefe mit dem Honig und einem Teil Wasser anrühren und kurz aufgehen lassen.

Weizenvollkornmehl mit allen anderen Zutaten mischen.  
Hefe zugeben und den Teig kräftig kneten und schlagen.  
Die Konsistenz des Teiges kann recht weich sein.

Den Teig mit nassem Tuch abdecken und auf die doppelte Menge aufgehen lassen.

Teig teilen und zu Fladen formen.

Diese auf ein bemehltes Blech legen und nochmals etwas aufgehen lassen.

Backofen auf 200° vorheizen.

Bleche einschieben und gleichzeitig Wassertöpfchen einstellen.  
Die Fladen mit etwas Wasser bepinseln und in den Backofen geben.  
Bei 200° zunächst 10 Min. und dann 20 Min. bei 180° backen.

Schmeckt sehr gut zu frischem Salat.