CHAPATI
INDISCHES FLADENBROT

(für 4 Personen)

Zutaten

- 200 g Mehl (Vollkornmehl)
- ½ TL Salz
- 120 g Wasser
- 5 EL Öl oder flüssige Butter oder flüssiges Ghee

Zubereitung

- Mehl und Salz in eine Schüssel geben und nach und nach Wasser und 1 EL Öl unter ständigem Rühren mit Kochlöffel oder Händen einarbeiten. Eventuell noch etwas Wasser zugeben. Gut durchkneten bis ein weicher und geschmeidiger Teig entsteht. Zu einer Kugel formen und mit etwas Ghee bestreichen. 10-30 Minuten mit einem feuchten Tuch abgedeckt ruhen lassen.

- Teigkugel in 8 Teile teilen, diese auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu flachen, kreisrunden Fladen von ca. 15 cm Durchmesser ausrollen.

- Eine Pfanne ohne Fett erhitzen. Einen Fladen hineingeben ca. 10-30 Sekunden auf der einen Seite leicht bräunen – bis sich Blasen bilden. Wenden und nochmals 10-30 Sekunden backen. Herausnehmen und sofort servieren oder mit flüssigem Ghee bestreichen und warm stellen.