

Pita mit Falafel

von Christian Wenger

Mengen für 10 Personen

Quelle: <https://www.migros.ch/de/product/157298400000>

<https://fooby.ch/de/rezpte/13792/pitabrot?menge=12>

Gewürze: Salz, Cayenne Pfeffer, Kreuzkümel, Pfeffer

10 g Falafel	
1.0 Bund Peterli	
2.0 Stück Knoblauchzehen	
10 g Koriander	
500 g Gurken	
80 g Zwiebel	
100 g Ketchup	
250 g Nature Joghurt	
1.25 kg Mehl	
42 g Hefe	
2.5 cl Olivenöl	
8.75 dl Wasser	
100 g Sesamsamen	schwarzer Sesam
2.0 dl Hafermilch	
10 g Zucker	

Pitabrot

Mehl und alle Zutaten bis und mit Hefe in einer Schüssel mischen, Öl und Wasser dazugießen, mischen, zu einem weichen, glatten Teig kneten. In 8 Portionen teilen, diese auf wenig Mehl zu Rondellen von je ca. 15 cm Ø auswallen, auf zwei mit Backpapier belegte Bleche legen, zugedeckt ca. 1 Std. aufgehen lassen. Brote beidseitig mit Öl bestreichen.

Backen: ca. 12 Min. im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen (Heissluft). Herausnehmen, sofort ein Küchentuch darüberlegen, auskühlen.

Falafel

<https://www.migros.ch/de/product/157298400000> -> Alnatura Mix 10 Pack kaufen