

## FLADENBROTE MIT HUMMUS UND SAFRANJOGHURT

**Vor- und zubereiten: ca. 1 Std.**

**Aufgehen lassen: ca. 1 Std.**

**Ergibt 6 Stück**

### FLADENBROTE

350g	Mehl
1	Teelöffel Salz
1	Prise Zucker
1	Päckli Trockenhefe
2½ dl	Wasser, lauwarm
2	Esstöffel Olivenöl
	Erdnussöl zum Backen
1	Esstöffel Rosenpaprika
1 Bund	glattblättrige Petersilie, fein gehackt

**1** Alle Zutaten bis und mit Trockenhefe in einer Schüssel mischen. Wasser und Öl beigegeben, zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen. Teig in 6 Portionen teilen, zu Kugeln formen, auf wenig Mehl ca. 2mm dicke Fladen auswallen.

**2** Wenig Öl in einer unbeschichteten Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren (siehe Back-Tipp). Teigfladen portionenweise ca. 2 Min. backen, wenden. Rosenpaprika und Petersilie darüberstreuen, ca. 2 Min. fertig backen. Fladenbrote aufrollen, warm stellen.

### BACK-TIPP **Miele**

Tepan Yaki heiss werden lassen, Hitze reduzieren.

Teigfladen portionenweise wie oben backen.

Weitere Infos und Tipps unter [www.miele.ch](http://www.miele.ch)

### HUMMUS

1	Dose Kichererbsen (ca. 410g), abgespült, etwas abgetropft (siehe Dampfgar-Tipp)
3	Esstöffel Zitronensaft
2	Esstöffel Tahina (siehe Hinweis)
2	Knoblauchzehen
1½ dl	Olivenöl
½	Teelöffel Salz
wenig	Pfeffer aus der Mühle



Kichererbsen mit allen Zutaten sehr fein pürieren, bis die Masse cremig ist.

**HINWEIS** Tahina ist eine Sesampaste; sie ist in Reformhäusern oder in orientalischen Spezialitätenläden erhältlich.

### DAMPFGAR-TIPP **Miele**

Statt 1 Dose Kichererbsen 150g getrocknete Kichererbsen in kaltem Wasser ca. 12 Std. einweichen. Wasser abgiessen. Kichererbsen in eine Steamerschale geben, mit Wasser knapp bedecken, 15 Min. bei 109 Grad im Miele Steamer weich garen. Kichererbsen abtropfen, ½ dl Kochflüssigkeit auffangen, zusammen mit den restlichen Zutaten pürieren. Weitere Infos und Tipps unter [www.miele.ch](http://www.miele.ch)

### SAFRANJOGHURT

120g	Schafmilchjoghurt nature
1	Knoblauchzehe, gequetscht
5	Safranfäden
1	Prise Zucker
2	Prisen Salz
wenig	Pfeffer

Alle Zutaten verrühren.