

Chapati indisches Fladenbrot

Zutaten für 4 Portionen als Beilage:

250 g Weizenmehl

250 g Weizenvollkornmehl

3 EL Ghee oder Olivenöl

2 TL Salz

Mehl zum Ausrollen

Ghee oder Butter zum Backen

Butter zum Bestreichen



Zubereitung :

Die beiden Mehlsorten gründlich vermischen. Mit 500 ml Wasser, Salz und dem Öl oder Ghee zu einem glatten Teig verarbeiten, und 5 Minuten gut durcharbeiten. Den Teig in 2 Kugeln teilen, in Frischhaltefolie einpacken und 30 Minuten kühl lagern.

Jede Kugel in 8 Portionen teilen, diese auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit dem Nudelholz zu dünnen runden Fladen auswellen. Ghee oder Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Chapatis darin von jeder Seite etwa 2 Minuten braten, bis sie leicht bräunliche Flecken bekommen. Während dem Braten die Chapatis mit dem Pfannenwender auf den Pfannenboden drücken wenn sie sich zu stark werfen.

Die fertigen Chapatis in trockene Küchentücher einschlagen und so warm halten. Vor dem Servieren mit warmer Butter bestreichen. Wir haben die Chapatis zu Amotik gemacht. Ansonsten eignen sich die Chapatis als Beilage zu Pickles, Fleischgerichten und Suppen.