HOT AUF DISTANZ

Globus à la Carte

Sarahs Kochangebot für fremde Küchen

REZEPTSEITE DONNERSTAG 14.JANUAR 2021

PITA FLADENBROT

500 g	Weizenmehl (405)
300 ml	Wasser (lauwarm)
30 ml	Olivenöl
1 Pk	Trockenhefe
10 g	Zucker
10 g	Salz

VIDEO https://www.youtube.com/watch?v=w0ymZofU3es

1. Das Mehl mit dem Salz vermischen, die Hefe in etwas Wasser auflösen und den Zucker dazugeben. Alles zu einem weichen Teig vermischen und gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Anschließend kneten und in 12 handgroße Fladen formen.

2. Die Pfanne aufheizen und dann auf circa halbe Hitze runterdrehen. Dann die Fladen einzeln ohne Öl in der Pfanne backen. Ich wende lieber etwas öfter, weil sie recht schnell anbacken. Hinterher in einer zugedeckten Schüssel warm halten.

3. Wir essen sie am Liebsten zu Kurzgebratenem und Salat, man kann sie aber auch aufschneiden. Füllen geht nicht so gut, weil die Fladen doch sehr dünn sind.

TSATSIKI

1	Gurke
2-3	Knoblauchzehem
500 ml	Griechischer Joghurt (10%)
3 EL	Olivenäl
1 TL	Essig
	Salz & Pfeffer

VIDEO https://www.kinderweltreise.de/kontinente/europa/griechenland/mitmachtipp/

1. Gurke raspeln: Am besten verwendest du eine Gurke, die etwa so lang ist wie deine Hand. Du schneidest die Schale in Streifen ab und raspelst die Gurke im Anschluss. Die Gurkenraspel gibst du in ein Sieb, damit die Flüssigkeit abtropfen kann. Die geraspelte Gurke salzen und mischen. Du lässt sie circa eine halbe Stunde stehen, damit die Flüssigkeit abtropfen kann. Stell die Schüssel zur Seite.

2. Alles gut verrühren: Du nimmst jetzt eine zweite Schüssel, gibst einen Teelöffel Essig 30 Gramm Olivenöl, zwei bis drei gepresste Knoblauchzehen und etwas schwarzen Pfeffer hinein und verrührst das Ganze. Dann kommt griechischer Joghurt dazu, und zwar 300-500 Gramm. Den Joghurt - am besten schön fetten Joghurt mit 10 Prozent Fettanteil nehmen, unterheben und dir dabei Zeit lassen. Das Olivenöl sollte sich mit dem Joghurt gut verbinden und muss deshalb gut verrührt sein. Dann die Gurken unterheben und am Ende abschmecken und gegebenenfalls Salz hinzugeben.

3. Fertig: Eine Stunde in den Kühlschrank stellen und durchziehen lassen. Diese kretische Variante schmeckt wirklich sehr gut! Einfach mal ausprobieren.