

Indische Küche

Naan - Indisches Fladenbrot

...perfekt zu würzigen, aromatischen Currygerichten



Rezept und Zubereitung für 8 Naan

- 350 g Mehl (plus etwas mehr für das spätere Bestäuben)
 - 120 ml lauwarmes Wasser
 - 80 g Joghurt 3,5 %
 - 60 ml sehr gutes Olivenöl
 - 1 Ei
 - 14 g frische Hefe
 - 1 TL Salz
 - 1 TL Zucker
1. Zuerst geben wir das lauwarme Wasser in eine Rührschüssel, bröckeln die Hefe hinein und lösen sie auf. Das Ganze lassen wir ca. 10 Min. stehen
 2. Dann geben wir das Ei, das Olivenöl und den Joghurt dazu und verrühren alles mit dem Holzlöffel

3. Jetzt geben wir nach und nach das Mehl und das Salz dazu und verrühren alles mit den Knethaken des Handmixers bis ein glatter Teig entsteht
4. Den Teig geben wir nun auf ein bemehltes Backbrett und kneten alles für 5 Min. ordentlich mit der Hand
5. Dann legen wir den Teig wieder zurück in die Schüssel, decken die Schüssel mit einem sauberen Küchentuch ab und lassen den Teig ca. für eine Stunde an einem warmen Ort gehen. Ich stelle den Teig immer in den ausgeschalteten Backofen, da hat er mummelige 30°
6. Nach dieser Stunde ist der Teig gut aufgegangen und wir legen ihn wieder auf ein bemehltes Backbrett und drücken den Hefeteig leicht flach und rund
7. Mit dem Messer wie bei einem Kuchen teilen wir den Teig nun in 8 gleich große Teile, die wir dann zu kleinen Kugeln formen. Die Kugeln dann ganz dünn ausrollen und zu der bekannten Tränenform ziehen
8. In der Zwischenzeit den **Backofen auf 80° Ober/Unterhitze vorheizen**. Das brauchen wir zum warm halten der fertigen Naan.
9. Jetzt eine beschichtete Pfanne auf mittlerer Stufe ohne Fett erhitzen, die Fladenbrote mit etwas Mehl bestäuben und nacheinander 2 - 3 Minuten auf jeder Seite rösten. Wenn auf der Oberseite Blasen entstehen, ist Zeit zum Wenden.
10. Die fertigen Naan dann zum warm halten auf einen Rost im Backofen legen

♥ Guten Appetit ♥