

Selbstgemachtes Dinkel-Fladenbrot

Niveau

Einfach

★ ☆ ☆

Zutaten

- 500g Dinkelmehl
- 350 ml lauwarmes Wasser
- 1 EL Salz
- 1 EL Agavendicksaft
- 1 EL Olivenöl
- 1 Pk. Trockenhefe
- 1 Ei



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

Alle Zutaten außer dem Ei in einer Schüssel zu einem sehr weichen Hefeteig verarbeiten und für 5 Minuten kneten. Danach den Teig 1,5 Stunden lang zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.

Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in vier gleich große Portionen teilen. Mit bemehlten Händen die Teiglinge in eine flache, runde Form bringen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Zugedeckt weitere 20 Minuten gehen lassen.

Den Backofen vorheizen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze. Das Ei verquirlen und auf den Teig streichen. Nach Belieben Sesam darauf streuen. Für ca. 8 Minuten in den Backofen geben - sie dürfen nicht zu dunkel werden!

© 2026 TIME2TRI GmbH