

Gefüllte Olivenfladen- brote vom Grill

ERGIBT 8 Stück

VORBEREITUNGSZEIT: 20 Minuten

KOCH-/BACKZEIT: pro Fladen

je etwa 10 Minuten

RUHEZEIT: 2 Stunden

TEIG:

3 dl Wasser

20 g frische Hefe

500 Mehl

½ dl Olivenöl

12 g Salz

FÜLLUNG:

2 Bund glatte Petersilie

160 g gemischte entsteinte Oliven

2 Knoblauchzehen

2 Esslöffel Olivenöl

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Olivenöl zum Bestreichen

1 Für den Teig Wasser und Hefe verrühren und in eine Schüssel geben. Mehl beifügen und alles mit der Küchenmaschine auf kleinster Stufe 5 Minuten kneten lassen. Dann Olivenöl und Salz beifügen und alles weitere 3 Minuten unterkneten. Teig zugedeckt 2 Stunden an einem warmen Ort ruhen lassen.

2 Für die Füllung Petersilie und Oliven hacken. Knoblauch schälen und ebenfalls hacken. Alle diese Zutaten mit dem Olivenöl mischen und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.

3 Den Teig in 8 gleichmässig grosse Stücke teilen und zu Kugeln formen. Die Kugeln auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu Kreisen von 15 cm Durchmesser auswallen. Jeweils auf jedem Kreis mittig etwas Füllung im Durchmesser von 6 cm ausstreichen. Die unbelegten Teiggränder nach innen schlagen, sodass sie in der Mitte zusammenkommen und den Teigfladen verschliessen. Die gefüllten Fladen nochmals etwas dünner auswallen.

4 Die Fladenbrote mit Olivenöl bestreichen und entweder in einer beschichteten Bratpfanne oder auf dem Grill bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 4–5 Minuten backen.

Pro Stück 9 g Eiweiss, 15 g Fett,
44 g Kohlenhydrate; 356 kKalorien
oder 1493 kJoule, Lactosefrei

FERIENGRUSS

Jeder Bissen eine Prise Fernweh:
Diese Brote schmecken nach
Süden und mediterraner
Unbeschwertheit.

GRILL-IDEE

