

Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Lahus – Jemenitisches Brot

Traditionell für die jüdische Küche wären belegte Bagels. Aber Bagels sind sehr aufwendig zu machen. Der Teig muss erst gekocht und dann noch gebacken werden. Aber neben Bagels gibt es noch viele weitere schöne Brotrezepte – denn man liebt Brot mit Aufstrichen oder Brot zum dippen mit Hummus oder Brote zu den vielen Suppen, die so gerne gegessen werden.

Ich liebe Challah – das ist eine Art süßes Hefebrot. Ich mag es besonders zu herzhaften Brotaufstrichen. Diese Mischung aus schmelzig süßem Hefebrot zu einem salzig-herzhaften Belag. Allerdings braucht man für die Challah – wie für die meisten Brote - einen Backofen. Wenn wir aber im Garten kochen, habe ich keinen Ofen. Ich habe Gaskocher oder den Grill.

Ich war also begeistert als ich in einem jüdischen Kochbuch dieses Rezept für in der Pfanne gebackenes Brot aus dem Jemen gefunden habe. Der Teig ist reichhaltig, durch die flüssige Margarine, die rein kommt. Es werden handtellergröße Fladen gebacken – eine perfekte Beilage zu Eintöpfen und Suppen. Aber auch herrlich um einfach in den Hand Bissen für Bissen mit einem Aufstrich zu bestreichen und abzubeißen. Oder um in Hummus zu stippen.

Lahus erinnern an sehr dicke Pfannkuchen. Mit etwas mehr Zucker in teig sind sie auch sehr lecker einfach zu frisch eingekochten Marmeladen oder Fruchtmus.

Probiert dazu mal ein selbstgemachtes Schmalz. Das ist sehr, sehr lecker!

<http://www.stadtgarten-nuernberg.de/wp-content/uploads/2014/07/Schmalz.pdf>

Zutaten 16 – 20 Stück

350g Mehl

1 Pk Trockenhefe

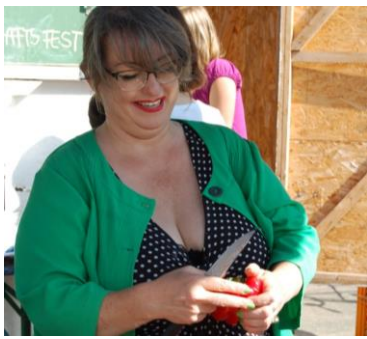
1 EL Zucker

1 TL Salz

50 g flüssige Margarine

500 ml Wasser





Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

1. Alle Zutaten vermischen. Es entsteht ein etwas flüssiger Teig. Abgedeckt mindestens eine Stunde gehen lassen. Idealerweise hat sich der Teig im Volumen verdoppelt.
2. Der Teig soll „vom Löffel fallen“ – also nicht zu klebrig sein. Falls das nicht der Fall ist, nochmal etwas Wasser einarbeiten und erneut gehen lassen.
3. Eine beschichtete Pfanne mit Öl auspinseln und etwa 2 Löffel Teig als einen Fladen hinein geben. Von beiden Seiten bei mittlerer Hitze backen.
4. Zum servieren warm halten!

