

## Blumenkohl - Brot (Indien)

Kategorien: Backen, Brot, Gemüse, Indien, Land

Zutaten für: 1 Rezept(\*)

### *BROTTEIG*

---

280	Gramm	Vollkornmehl; mit
140	Gramm	Weizenmehl; gemischt
1/2	Teel.	Salz
3	Essl.	Ghee
		Oder Pflanzenfett
		Davon
1	Teel.	Zurueckbehalten
250	ml	Warmes Wasser
70	Gramm	Mehl; zum Bestaeuben
2	Essl.	Ghee; zerlassen
		Oder Pflanzenfett

### *FUELLUNG*

---

1	klein.	Blumenkohl
3	Essl.	Ghee
		Oder Pflanzenfett
1	Teel.	Ingwer; frisch gerieben
1/2	Teel.	Cayennepfeffer
1/2	Teel.	Salz

### Anleitung:

Mehl und Salz in einer Schuessel mischen, Fett zu dem Mehl geben. Alles gut verreiben. Das Wasser rasch dazugiessen, bis das Mehl einen Kloss bildet. Dann das Wasser nur noch langsam dazugiessen, bis der Teig eine knetbare Konsistenz hat.

Die Arbeitsflaeche und die Finger mit dem Fett bepinseln und den Teig zehn bis fuenfzehn Minuten kneten. Der Teig soll sehr weich und elastisch sein. Teig in eine Schuessel geben, zugedeckt an einem warmen Ort eine halbe Stunde stehenlassen.

Blumenkohl waschen, putzen, gut abtropfen lassen und grob hacken. Blumenkohl im Fett fuef Minuten sautieren, Hitze abstellen und mit allen anderen Zutaten mischen.

Den Brotteig und die Fuellung in 12 gleiche Portionen (bei 1 Rezept) teilen. Ein Teigstueck flach druecken, in der Mitte eine kleine Mulde machen und die Fuellung hineingehen. Zudruecken und die Broetchen wieder flachdruecken, so dass die Fuellung nicht herausquillt. Mit den restlichen Teigstuecken genauso verfahren, mit einem Tuch abdecken, damit sie nicht austrocknen.

Die gefuellten Brote beidseitig mit Mehl bestaeuben und auf die Arbeitsflaeche legen. Die Brote mit dem Wallholz vorsichtig flach klopfen und zu einem runden Fladen ausrollen. Eine Teflonpfanne erhitzen und die Brote darin beidseitig je zwei Minuten braten.