



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Gabartlama

Gabartlama



1 Pkg Frischhefe
1 KL Zucker
1 ½ Gläser lauwarmes Wasser
1 Glas lauwarme Milch
3 EL Öl
2 KL Salz
1 Ei
Aufnehmbare Menge Mehl
Für die Oberfläche:
1 Ei
1 EL Mehl
½ Teeglas Wasser
1 KL Sesamkörner
1 EL Schwarzkümmel

- # In eine Rührschüssel lauwarmes Wasser, Frischhefe und Zucker geben. Mit den Fingerspitzen so lange kneten bis die Hefe aufgelöst ist. Milch, Ei und Öl hinzugeben und vermischen.
- # Salz und nach und nach unter Kneten gesiebtes Mehl hinzugeben bis ein nicht mehr an der Hand klebender Teig entstanden ist. Den Teig zudecken und min. eine Stunde gären lassen.
- # Nach dieser Zeit den Teig in vier gleich grosse Stücke aufteilen. Jedes Teigstück auf einer mehligem Unterlage mit den Fingerspitzen in der Größe eines Esstellers ausbreiten.
- # Die Gabartlams in ein mit Backpapier belegtes Backblech hineinlegen. Eine halbe Stunde ruhen lassen.
- # Danach Mehl, Ei und Wasser gut vermischen und über die Gabartlams schmieren. Mit Sesamkörnern und Schwarzkümmel bestreuen.
- # Das Backblech im zuvor auf 220 Grad vorgeheizten Backofen geben und goldbraun backen.

Tipp: Gabartlama ist eine Pita, die in der Region Nallıhan Ankara beheimatet ist.